Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 490 им. Т.Н. Александровой

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 490

МЕНЮ
28 НОЯБРЯ 2022 ГОД
7 ДЕНЬ
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87РУБ.45КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ.	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008,2
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	14.9	24.7	2.8	293.1	2008,214
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3	0.1	15.2	62.0	2008,431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,К/К
Итого		18.8	26.6	62.8	564.4	

ОБЕД ЦЕНА 131РУБ.17КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ,С СЕЛЬДЬЮ	60/20	3.1	3.7	5.6	69.1	2011,52
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ.	200/10/5	5.0	2.0	4.2	92.6	2008,85
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ	90/50	14.6	23.8	13.5	337.3	2008,290
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	6.7	8.0	27.5	209.0	2008,332
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ.	200	0.2	0.0	25.7	105.0	2008,436
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
Итого		32.8	39.2	96.9	905.0	

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62КОП

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ.	100	5.0	4.5	7.0	124.0	2008,48
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ.	250/10/5	5.2	1.2	11.2	107.0	2008,85
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,СОУС СМЕТАННЫЙ	100/100	26.8	19.2	11.8	326.0	2008,256/37
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.7	6.5	24.4	169.2	2008,335
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ.	200	0.2	0.0	25.7	105.0	2008,436
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,К/К
Итого		47.3 98.9	35.0 100.8	121.3 281.0	1038. 2507.	

Директор столовой _____ Зав.производством _____ Калькулятор _____

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ 490 Александрова

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"
СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 490

МЕНЮ
29 НОЯБРЯ 2022 ГОД

8 ДЕНЬ
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 РУБ.45КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД ЗАКРЫТЫЙ С СЫРОМ.	60	6.8	14.4	14.8	216	2008,9
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	155	5.6	6.4	24.8	179.0	2008,189
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	1.5	1.3	22.4	107.0	2008,432
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.0	7.5	38.0	2008,К/К
Итого		16.7	23.3	82.5	610.4	

ОБЕД 131РУБ.17 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ.	60	2.3	4.9	4.5	70.8	2008,56
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ . . .	200/5	2.6	4.1	8.4	80.8	2008,95
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	13.8	12.7	45.5	325.0	2012,304
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	1.0	0.1	34.2	142.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	3.9	4.8	33.5	194.0	2008,473
Итого		28.8	29.5	159.5	975.0	

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ.	100	3.8	8.1	7.5	118.0	2008,56
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1.4	1.2	10.4	99.0	2008,95
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	280	15.5	14.2	51.0	364	2012,304
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	1.0	0.1	34.2	142.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,К/К
Итого		28.5 74.0	27.6 80.4	154.1 396.1	974.4 2559.	

Директор столовой № _____ Зав.производством _____ Калькулятор _____

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 490

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 490

МЕНЮ
30 НОЯБРЯ 2022 ГОД
9 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87руб.45 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ.	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008,2
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4.7	7.5	20.1	168.0	2008,190
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	134.0	2008,433
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
БАНАН СВЕЖИЙ	200	3.0	1.0	27.7	192.0	2008,К/К
Итого		13.8	12.4	107.6	658.9	

ОБЕД 131 руб.17 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ ,МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0.8	4.8	5.1	66.5	2011,37
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6.4	5.5	12.5	132.6	2008,79
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	90/5	15.1	5.8	0.3	67.0	2012,245
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.9	4.7	23.5	148	2008,333
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0	2008,402
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	30	2.3	3.1	22.4	125.1	2008,К/К
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
Итого		33.3	26.9	128.9	832.6	

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ , МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	1.3	7.9	8.5	110.8	2011,37
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	8.0	6.9	15.6	165.7	2008,79
РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ.	100	14.5	8.9	26.3	261.9	2010,249
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	0.5	7.6	31.2	113.0	2008,333
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0	2008,402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ_	20	1.6	0.9	10.4	57.5	2008,К/К
Итого		29.7	34.0	144.1	932.0	
		76.8	73.3	380.6	2423.	

Директор столовой _____ Зав.производством _____ Калькулятор _____

Утверждаю
Директор
ГБОУ [illegible] 490 Александрова

"КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"
СТОЛОВАЯ №3 ШКОЛА № 490

М Е Н Ю
01 ДЕКАБРЯ 2022ГОД

10 ДЕНЬ
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
ЗАВТРАК ЦЕНА 131-45

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры_ (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ.	25	1.1	8.4	7.5	110.0	2008,1
КАША "ЯНТАРНАЯ" ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ	150	5.0	7.3	28.1	199.2	2008,187
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	15.0	60.0	2008,430
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ_	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,К/К
Итого		8.7	17.4	73.4	484.0	

ОБЕД ЦЕНА 131-17

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры_ (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ "СВЕКОЛКА".	60	4.8	6.1	9.1	110.4	2008,50
СУП КАРТОФЕЛНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200	5.1	3.6	14.9	112.8	2008,99
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ . . . . . И СОУСОМ СМЕТАННЫМ	90/50	14.6	23.8	13.5	310.4	301/371
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.8	31.3	191.0	2008,331
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	26.8	108.0	2008,439
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_. . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
Итого		35.3	41.2	129.0	995.0	

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62 КО

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры_ (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8.0	10.1	15.2	184.0	2008,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	250	6.4	4.5	18.6	141.0	2008,99
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС СМЕТАННЫЙ	100/50	14.8	17.3	11.0	260.0	2008,283
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ . .	180	5.5	8.7	17.7	206.0	2008,323
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	26.4	108.0	2008,439
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_. . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,К/К
Итого		41.2 85.2	44.2 102.8	130.1 332.5	1106. 2585.	

Директор столовой _____ Зав.производством _____ Калькулятор _____

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 490 Александрова

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 490

МЕНЮ
02 ДЕКАБРЯ 2022 ГОД
11 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87-45

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ.	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	2008,03
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧН	155	5.6	6.9	24.4	183.0	2008,189
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ . . .	200/7	0.3	0.1	15.2	62.0	2008,431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
БАНАН СВЕЖИЙ	200	3.0	1.0	27.7	192.0	2008,К/К
Итого		15.4	13.7	87.7	595.5	

ОБЕД 131-17

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ,ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ	60/20	2.3	5.9	4.8	72.56	2012,18/213
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. . .	200/5	2.5	4.5	6.4	76.8	2008,84
ЗРАЗЫ РУБЛЕН. ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И И ОВОЩАМИ	90	14.2	10.8	8.6	190.0	2008,317
РАГУ ОВОЩНОЕ.	150	3.4	6.7	13.1	128.0	2008,351
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.5	0.1	28.1	116.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.3	6.2	27.9	180.0	2008,467
Итого		31.4	37.1	122.3	925.8	

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218руб.62 КОП

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ,МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	4.0	4.2	12.1	89.0	2011,40
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ. . .	250/5	3.1	5.6	8.0	96.0	2008,84
ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ. . .	100	14.3	15.2	32.7	240.5	2008,317
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4.2	8.0	13.8	142.8	2008,350
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.5	0.1	28.1	116.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,К/К
Итого		32.9	37.1	145.7	935.7	
		79.7	87.9	355.7	2457.	

Директор столовой _____ Зав.производством _____ Калькулятор _____

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 490 Александрова

ГБОУ "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 490

МЕНЮ
03 ДЕКАБРЯ 2022 ГОД

12 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 руб.45 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ. . .	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008,2
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕН.МОЛОКОМ	150/30	18.4	14.1	31.9	278.8	2012,231
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107.0	2008,432
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.0	7.5	38.0	2008,К/К
Итого		23.9	16.8	96.8	588.7	

ОБЕД 131 руб.17 КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	3.1	4.6	49.8	2008,40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	3.0	2.2	15.7	95.2	2008,98
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ	90/50	10.2	21.9	13.9	237.5	12Г,286/356
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.6	4.6	37.7	206.0	2008,323
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ.	200	0.5	0.1	34.0	141.0	2008,399
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
Итого		23.5	34.8	139.3	891.9	

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62КОП.

Наименование	Выход продук(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ. С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	0.5	4.9	7.4	77.0	2013,37
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ,ГОВЯДИНОЙ	250/10	6.2	4.5	19.6	155.4	2008,98
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100/100	31.4	31.8	6.2	436.0	2008,259
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6.6	5.8	37.6	209.2	2008,331
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1.0	0.2	19.2	92.0	2008,432
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,К/К
Итого		52.1 99.5	50.8 102.4	131.2 367.3	1176. 2657.	

Директор столовой _____ Зав.производством _____ Калькулятор _____