

Школа	ГУ РК Детский дом № 3 г.Сыктывкара			Отд./корп		День	
				3-7 лет			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена*	Калорийность	Белки
Завтрак	Гор.блюдо	№93Пермь2006	Каша молочная "Дружба" с м/сл	1503,75		180.83	4.91
	Доп. блюдо		Масло сливочное	10		132.40	0.20
	Гор.блюдо	№258Пермь2006	Кофейный напиток	200		118.69	2.79
	Доп.блюдо		Яйцо вареное	40		62.80	5.08
	Хлеб	0.00	Батон нарезной	50		132.50	3.75
Завтрак 2	Осн.блюдо		Фрукты свежие	260			
	Напиток		Сок фруктовый	200		90.00	
Обед	Закуска	№23Пермь2006	Салат картофельный с зел.горошком	60		94.20	1.82
	1 блюдо	№27Пермь2006	борщ с капустой и картофелем	200		88.89	1.52
	2 блюдо	№182Пермь2006	Тефтели "Ежики"	70		196.14	9.16
	Гарнир	№196Пермь2006	Греча рассыпчатая, с м/сл	130		228.63	7.56
	Напиток	№253Пермь2006	компот из изюма	200		91.98	0.33
	Доп.блюдо	№238Пермь2006	соус томатный	30		16.85	0.16
	Хлеб		Хлеб ржаной	50			
Полдник	Напиток	№271Пермь2006	Чай с сахаром	200		48.64	0.12
	Осн.блюдо	№287Пермь2006	корж молочный	60		242.10	4.09
Ужин	Закуска	№21Пермь2006	Салат из свеклы отварной с сол.огурцом	60		76.08	0.76
	Гарнир	№216Пермь2006	Пюре картофельное	130		139.06	2.77
	2 блюдо	№172Пермь2006	котлета мясная	80		202.00	12.21
	2 блюдо	№345Пермь2006	котлеты рыбные				
	Доп.блюдо	№231Пермь2006	соус молочный	30		33.70	1.01
	Напиток		Сок фруктовый	200		90.00	
	Хлеб		Хлеб пшеничный	50		115.00	3.75
2-ой ужин	Кефир	0.00	Кефир жир. 2,5 %	200	261.24	102.00	6.00
Итого						2482.49	67.99

ВТОРНИК 1

		7-12 лет						12-18 лет				
Жиры	Углеводы	Выход,г	Цена*	аллорийнос	Белки	Жиры	Углеводы	Выход,г	Цена*	аллорийнос	Белки	Жиры
6.25	26.32	200/5		241.11	6.55	8.33	35.09	200\5		241.11	6.55	8.33
14.50	0.28	10		132.40	0.20	14.50	0.28	10		132.40	0.20	14.50
3.19	19.71	200		118.69	2.79	3.19	19.71	200		118.69	2.79	3.19
4.60	0.28	40		62.80	5.08	4.60	0.28	40		62.80	5.08	4.60
1.50	26.00	100		265.00	7.50	3.00	52.00	100		265.00	7.50	3.00
		260						260				
	20.00	200		90.00			20.00	200		90.00		
6.83	6.46	100		157.00	3.04	11.38	10.76	150		157.00	3.04	11.38
5.33	8.65	250		88.89	1.52	5.33	8.65	250		88.89	1.52	5.33
13.53	9.44	90		252.18	11.83	17.40	12.14	100		280.20	13.14	19.33
4.71	39.00	150		263.81	8.73	5.43	45.00	180		316.57	10.47	6.52
	22.66	200		91.98	0.33		22.66	200		91.98	0.33	
1.10	1.57	30		16.85	0.16	1.10	1.57	200		16.85	0.16	1.10
		100		125.00	100.00	0.50	25.50	50				
	12.04	200		48.64	0.12		12.04	200		48.64	0.12	
7.02	40.60	60		242.10	4.09	7.02	40.60	60		242.10	4.09	7.02
6.05	4.66	100		126.80	1.26	10.08	7.76	150		190.20	1.89	15.12
5.25	20.19	150		160.46	3.20	6.06	23.30	200		213.94	4.26	8.08
13.39	6.56											
		100		113.00	13.90	2.10	9.60	120		135.60	16.68	2.52
2.07	2.77	30		33.70	1.01	2.07	2.77	30		33.70	1.01	2.07
	20.00	200		90.00			20.00	200		90.00		
0.50	24.00	100		250.00	8.00	1.00	51.00	100		250.00	8.00	1.00
5.00	8.00	200	322.56	102.00	6.00	5.00	8.00	200	357	102.00	6.00	5.00
100.82	319.19			3072.41	185.31	108.09	428.71			3167.67	92.83	118.09

Углеводы
35.09
0.28
19.71
0.28
52.00
20.00
10.76
8.65
13.49
54.00
22.66
1.57
12.04
40.60
11.64
31.06
11.52
2.77
20.00
51.00
8.00
427.12