



Утверждено
Директор *О.А. Руденкова Н.Ю.*

Школа Школа имени №45 Отд./корп 5-11 День 19.04.18

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	бл. из творога	188	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	220/80	31	647,5	18,8	20,3	98,1		
		382	Какао с молоком	200	5	134	2,9	2,5	24,8		
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7		
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9		
			Итого за прием пищи:	580	38,5	1051,3	27,8	23,6	182,5		
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие помидоры	100	4	19,7	1	0,2	3,5		
		96	Рассольник Ленинградский	250	4,4	114,7	2,1	5,2	14,9		
	2 блюдо	229	Рыба Минтай, припущенная с маслом сливочным	100\10	25,6	191,2	13	10,6	11		
			гарнир	128	Картофельное пюре	180	6,5	217,8	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	169,2	3,7	6,5	24,4		
			хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
			хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8
			Итого за прием пищи:	940	47	913,3	28,1	23,8	147,1		
			Итого за день	1520	85,5	1964,6	55,9	47,4	329,6		

2015 год. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.

Зав.производством *Л.А. Миргородская*
Экономист по ценам *Л.А. Миргородская*

