



Школа ШКОЛА СОШ № 45 Отд./корп 1-4 День 04.10.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак			Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	43,46	416,3	27,3	25,4	69,3	
	Каши молочн	222								
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	5,34	134	2,9	2,5	24,8	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1	
	кисл/молочн		БИОИГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	20,3	96,2	4,4	3	6,5	
			Итого за прием пищи:	715	82,5	958,4	42,95	40,25	146,15	
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	60	4,48	9,6	0,6	0,1	1,5	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	217,5	5,6	5,4	17,5	
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	90/9	39,57	217,8	14,1	18,4	15,7	
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,6	217,8	6,9	7,3	25,2	
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1	
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
			Итого за прием пищи:	1039	82,5	1089,2	36,25	34,15	147,15	
			Итого за день	Всего за день:	1754	165	2047,6	79,2	74,4	293,3

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

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

Зав.производством

Экономист по ценам

Л.А. Миргородская

