



Школа СШ № 45 Отд./корп 1/2074

День 04.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	60	4	9,6	0,6	0,1	1,5	
		102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	217,5	5,6	5,4	17,5	
	1 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	90/9	28,4	217,8	14,1	18,4	15,7	
				309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	4,5	217,8	6,9	7,3
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4	111,1	0,2	0,2	27,1	
				хлеб пшен	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5
		хлеб ржан	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25	
			Итого за прием пищи:	889	47	1019,7	35,65	33,55	132,45	
	Полдник	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
					горячее	183	200/10	22,1	210,3	6,6
3 блюдо		379	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	200	5	103,5	3,1	2,4	17,2	
				Кофейный напиток с молоком	200	5	103,5	3,1	2,4	17,2
		хлеб ржан	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25	
		хлеб пшен	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2	
			Итого за прием пищи:	520	38,5	625,7	18,05	21,45	87,15	
			Итого за день			85,5	1645,4	53,7	55	219,6

2015 год. Сборник рецептов 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

