



Утверждено
Директор *Л.А. Миргородская*

Школа ШКОЛ СОШ №45 Отд./корп 5-11 День 09.10.13

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гастроном	14	Масло сливочное "Крестьянское"	10	8,90	75	0,1	8,5	0,1
	гастроном	15	Сыр Российский	15	9,00	54,50	3,5	4,5	0,0
Завтрак	Каша молочн	174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянское 72,5%"	220/20	14,10	296,30	6	7,2	52
	3 блюдо	307	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4,00	65	0,1	0,2	15,9
	хлеб ржан		Хлеб ржаной	30	1,50	58,70	2,00	0,40	11,90
	хлеб пшен		Хлеб пшеничный	50	1,00	211,2	4,2	0,4	47,7
			Итого за прием пищи	567	38,50	759,30	15,70	20,70	127,50
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные огурцы	100	4	13,60	0,80	0,10	2,40
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	131,70	4,80	5,40	16,10
	2 блюдо	294	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	100/5	26,1	287,80	15,70	19,50	12,50
	гарнир	321	Капуста тушеная	180	6	165,20	4,00	8,80	17,60
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	120,50	0,40	0,00	29,80
	хлеб пшен		Хлеб пшеничный	50	1	211,20	4,20	0,40	47,70
	хлеб ржан		Хлеб ржаной	50	1,5	97,80	3,30	0,60	19,80
			Итого за день	935	47	904,2	30,1	34,3	118,8
				1502	85,5	1663,6	45,9	55	1663,6

2015 год. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией *Л.А. И Могильный М.П.*

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

