



Утверждено  
Директор

*Ду/Курганова А.Ю.*

Школа ШКОЛА ОБЩ. ОБР. №45 Отд./корп №2074 День 06.10.20

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	овощи свежие	71	Овощи натуральные свежие огурцы огурцы	60	4	9,6	0,9	0,1	1,5
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	250	4,66	115	5,6	4,8	10,2
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным	90/9	27,34	343,9	16,5	24,2	14,3
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	4,5	325	11,46	8,12	51,52
	3 блюдо	349	Компот, из смеси сухофруктов	200	4	77,4	0	0	19,4
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			Итого за прием пищи:	889	47	1116,8	42,71	39,37	142,37
	Полдни	гастр	14	Масло сливочное	10	8,9	66	0,1	7,2
Молочная каш		182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	200/10	21,15	212,4	6,8	10,1	25,6
3 блюдо		382	Какао с молоком	200	5,95	134	2,9	2,5	24,8
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	658,3	18,05	21,95	95,95
			Итого за день			85,5	1775,1	60,76	61,32

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

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

Зав. производством *Ду/Курганова А.Ю.*

Экономист по ценам *Л.А. Миргородская*

