

Утверждено
Директор



День 16.10.15

Школа МБОУ СОШ № 45 Отд./корп 16/014

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------------|-----------|---|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| | овощи натур | 71 | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 60 | 4 | 9,6 | 0,6 | 0,1 | 1,5 |
| | 1 блюдо | 99 | Суп из овощей со сметаной | 250/10 | 5 | 91 | 3 | 4,2 | 10,2 |
| | 2 блюдо | 278/331 | Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом | 90/70 | 26,5 | 268 | 12,8 | 14,3 | 16,8 |
| | гарнир | 171 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 180 | 5 | 336,1 | 10,6 | 11,5 | 47,8 |
| | 3 блюдо | 342 | Компот из сухофруктов | 200 | 4 | 111,1 | 0,2 | 0,2 | 27,1 |
| | 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: | 1110 | 47 | 1061,7 | 35,45 | 32,45 | 148,85 |
| | гастрогония | № 14 2015 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% | 10 | 8,9 | 66 | 0,1 | 7,2 | 0,1 |
| Полдни | горячее | 204 | Макароны отварные с маслом сливочным | 197/8/32 | 22,1 | 267,5 | 10,8 | 12 | 27,2 |
| | 3 блюдо | 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5 | 103,5 | 3,1 | 2,4 | 17,2 |
| | хлеб | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,5 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | Хлеб | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | | | Итого за прием пищи: | 547 | 38,5 | 682,9 | 22,25 | 23,75 | 89,95 |
| | Итого за день | | Всего за день: | 1795 | 85,5 | 1744,6 | 57,7 | 56,2 | 238,8 |

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

