



Школа МБОУ СОШ № 45

Отд./корп № 001

День 18.10.13

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
	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	28,4	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	4,5	217,8	6,9	7,3	25,2
	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	24,2
	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	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	200/10	22,1	210,3	6,6	9,7	24,4
	3 блюдо	379	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	Всего 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 Д.А. Миргородская
 Экономист по ценам Д.А. Миргородская

