

Утверждено  
Директор

*Ду/Курбанов*



Школа п/б/о/у с/о/ш № 45

Отд./корп 5-11

День 19.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	4	13,6	0,8	0,1	2,4
	2 блюдо	295	Голубцы любительские с соусом сметан/томатным	100/60	20,94	154,3	8,8	7,7	13,3
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,06	273,2	7,9	6,5	46
	3 блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	0	29,8
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	Фрукты		Яблоко свежее колиброванное	200	5	94	0,8	0,8	19,6
			Итого за прием пищи:	920	38,5	786,5	24,9	15,9	170,7
Обед									
	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие помидоры	100		19,7	1	0,2	3,5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10		111,3	4	6,3	11,7
	2 блюдо	292	Птица тушенная в соусе с овощами	100/300		141,9	10,2	7,8	7,7
	3 блюдо	350	Напиток из плодов шиповника	200		103	0,7	0,3	24,4
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		97,8	3,3	0,6	19,8
			Итого за прием пищи:	940		691,5	23,5	15,6	116,3
	Итого за день		Всего за день:	1860		1478	48,4	31,5	287

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*

