



Школа

ИМБОУ СОШ № 45

Отд./корп 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гастроном	№14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	8,9	0,08	7,2	0,1	66
Завтрак	гор.блюдо	№ 204 2015г.	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	197/8/32	33,46	165,4	4,6	7,7	23,2
	Зблюдо	№ 350 2015г.	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕНЫХ)	200	8,34	110,2	0,1	0	26,9
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	кисломол.		БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	125	27,3	96,2	4,4	3	6,5
			Итого за прием пищи	672	82,50	617,78	24,55	12,95	168,05
Обед	овощи свеж	№ 71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	4,48	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	№ 101 2015г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой	250	5,11	85,2	1,7	2,7	13,3
		№ 268, 331 2015г.	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом	90/50	40,80	309,5	16,5	24,2	14,3
	2 блюдо гарнир	№ 302	КЛШЛ ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом	180	7,66	336	10,62	11,465	47,8
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (впечатать название фрукта в данный день)	150	15,15	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	1080	82,50	1137,50	38,37	41,22	157,15
		Итого за день	1752	165,00	1755,28	62,92	54,17	325,20	

Экономист по ценам *Мур Митрофанов* №14
 Зав.производством *Людмила Сидорова* №4