

Утверждено
Директор *М.А. Могильный*
День *28.11.23*

Школа *ДПОУ СОШ № 45* Отд./корп *5-11*

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	бл. из творога	188	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	220/80	31	647,5	18,8	20,3	98,1		
			3блюдо	382	Какао с молоком	200	5	134	2,9	2,5	24,8
			хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
					ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
					Итого за прием пищи:	580	38,5	1051,3	27,8	23,6	182,5
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие. помидоры	100	4	19,7	1	0,2	3,5		
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	4,4	114,7	2,1	5,2	14,9		
	2 блюдо	229	Рыба Минтай, припущенная с маслом сливочным	100\10	25,6	191,2	13	10,6	11		
	гарнир	128	Картофельное пюре	180	6,5	217,8	3,9	11,5	22,7		
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	169,2	3,7	6,5	24,4		
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7		
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8		
			Итого за прием пищи:	940	47	913,3	28,1	23,8	147,1		
	Итого за день		Всего за день:	1520	85,5	1964,6	55,9	47,4	329,6		

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

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

Зав. производством *М.А. Могильный*

Экономист по ценам *Л.А. Миргородская*

