



Школа ИМБОУ СОШ №45 Отд./корп 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	овощи нат	№ 71 2015г.	Соленые огурцы	60	7,53	9,6	0,6	0,1	1,5	
	гастрон.	№14	Масло сливочное "Крестьянское 72,5%	10	8,90	66	0,1	7,2	0,1	
	гор.блюдо о	№ 289 2015г.	РАГУ из птицы	90/270	37,62	320,6	20,6	16,5	23,1	
	3 блюдо	№ 377 2015г.	ЧАЙ с сахаром и лимоном	200/15/7	4,00	49,5	0,4	0	11,7	
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,00	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,50	129	4,3	1,65	21,25	
	Завтрак 2	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	902	82,50	761,10	30,55	26,55	95,05	
Обед	овощи нат	№ 71 2015г.	Соленые помидоры	60	4,50	14	0,7	0,1	2,2	
	1 блюдо	№ 112 2015г.	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	250	5,71	119,1	4	2,9	20,1	
	2 блюдо	№ 274 2015г.	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/5	33,82	202,6	11,6	13,5	13,8	
	гарнир	№ 312 2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	12,07	191,4	3,9	11,5	22,7	
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	5,00	88,2	0,7	0,3	20,8	
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,00	116,9	3,95	0,5	24,15	
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,50	129	4,25	1,65	21,25	
	фрукты		Яблоко свежее	150	16,90	69,5	0,6	0,6	14,7	
				Итого за прием пищи	1035	82,50	930,70	29,70	31,05	139,70
				Итого за день	1937	165,00	1691,80	60,25	57,60	234,75

2015 год Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.



Экономист по ценам Миргородская Л.А.
Зав. производством Смирнова Н.В.