



Луганова
 День 18.11.13

Школа № 45

Отд./корп 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак								
	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	4	13,6	0,8	2,4
	2 блюдо	295	Голубцы любительские с соусом сметан/томатным	100/60	20,94	154,3	8,8	13,3
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,06	273,2	7,9	46
	3 блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	29,8
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	11,9
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	47,7
	Фрукты		Яблоко свежее колиброванное	200	5	94	0,8	19,6
			Итого за прием пищи:	920	38,5	786,5	24,9	170,7
Обед								
	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие помидоры	100	4	19,7	1	3,5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	4,2	111,3	4	11,7
	2 блюдо	292	Птица тушенная в соусе с овощами	100/300	32,3	141,9	10,2	7,7
	3 блюдо	350	Напиток из плодов шиповника	200	4	103	0,7	24,4
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	47,7
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	19,8
			Итого за прием пищи:	940	47	691,5	23,5	116,3
	Итого за день		Всего за день:	1860	85,5	1478	48,4	287

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

Зав. производством *Л.А. Миргородская*

Экономист по ценам Л.А. Миргородская

