Утверждаю

Директор

Кудякова Н.Ю.

Школа СОШ №45 Отд./корп 1-4 День 25.01.24

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | |
| Завтрак | гастрон | № 14 2015г. | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 9 | 66 | 0,1 | 7,2 | 0,1 |
| | гастрон | № 15 2015г. | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями) | 15 | 9,18 | 54 | 3,5 | 4,4 | 0 |
| | гор.блюдо | № 224 2015г. | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком сгущенным | 200/80 | 30,09 | 732 | 29,2 | 27,6 | 91,6 |
| | 3 блюдо | № 382 2015г. | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 6 | 134 | 2,9 | 2,5 | 24,8 |
| | хлеб бел | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,15 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,5 | 129 | 4,25 | 1,65 | 21,25 |
| Завтрак 2 | фрукты | | Яблоко свежее | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 755 | 76,72 | 1301,4 | 44,5 | 44,45 | 176,6 |
| Обед | овощи натур | № 71 2015г. | Соленые огурцы | 60 | 5 | 9,6 | 0,6 | 0,1 | 1,5 |
| | 1 блюдо | № 88 2015г. | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем | 250 | 4,5 | 83,2 | 2 | 6,1 | 7 |
| | 2 блюдо | № 291 2015г. | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 90/270 | 39,97 | 454 | 25,4 | 14,8 | 54,7 |
| | 3 блюдо | № 349 2015г. | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 4,8 | 77,4 | 0 | 0 | 19,4 |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб черн. | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,5 | 129 | 4,25 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Яблоко свежее | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 1100 | 76,72 | 939,60 | 36,80 | 23,75 | 142,75 |
| | | | Итого за день | 1855 | 153,44 | 2241,00 | 81,30 | 68,20 | 319,35 |

2015 год Сборник рецептур 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 Лосвинова Н.Т.