



Утверждаю
 Директор
Тутельяна В.А.
 Дата 26.01.24

Школа

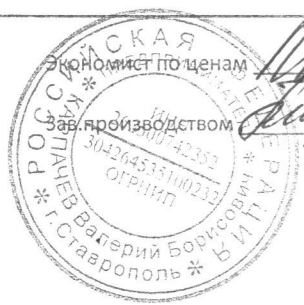
СШ № 45

Отд./корп

№ 208/1

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|------------|--------------|--|---|--------|--------------|-------|-------|----------|------|
| Обед | овощи нат | 70 | Соленые помидоры | 60 | 4,50 | 14 | 0,7 | 0,1 | 2,2 | |
| | 1-блюдо | № 112 2015г. | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем | 250 | 3,50 | 119,1 | 4 | 2,9 | 20,1 | |
| | 2 блюдо | № 274 2015г. | ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 90/5 | 28,00 | 202,6 | 11,6 | 13,5 | 13,8 | |
| | | | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом | 180 | 6,50 | 191,4 | 3,9 | 11,5 | 22,7 | |
| | 3 блюдо | № 388 2015г. | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 4,00 | 88,2 | 0,7 | 0,3 | 20,8 | |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1,00 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | |
| | хлеб черн. | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,50 | 129 | 4,25 | 1,65 | 21,25 | |
| | | | Итого за прием пищи | 895 | 49,00 | 861,20 | 29,10 | 30,45 | 125,00 | |
| | Полдник | гастрон. | №14 | Масло сливочное "Крестьянское 72,5% | 10 | 9,31 | 66 | 0,1 | 7,2 | 0,1 |
| | | гор.блюдо | 218 | Вареники ленивые отварные с молоком сгущенным | 200/40 | 24,19 | 384,7 | 25,7 | 13,8 | 39,3 |
| 3 блюдо | | № 377 2015г. | ЧАЙ с сахаром С ЛИМОНОМ* | 200/15/7 | 4,00 | 49,5 | 0,4 | 0 | 11,7 | |
| хлеб бел | | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1,00 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 | |
| хлеб ржан | | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,50 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 | |
| | | | Итого за прием пищи | 572 | 40,00 | 746,10 | 34,45 | 23,15 | 96,55 | |
| | | | Итого за день | 1467 | 89,00 | 1607,30 | 63,55 | 53,60 | 221,55 | |

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



Экономист по ценам Миргородская Л.А.
Л.А. Миргородская