

Утверждено
Директор



№ 110
День 12.03.2019

Школа

СШ № 45

Отд./корп 1-4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы =
Завтрак	овощи нат	71	Соленые огурцы	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным	90/7	30	201,6	12,1	16,2	13,4
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	14,47	202	2,5	15,7	0,5
	3 блюдо хлеб	342	Компот из смеси сухофруктов ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180 50	4,8 1	111,1 116,9	0,2 3,95	0,2 0,5	27,1 24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
Обед	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	767	76,72	839,7	24,25	34,95	102,65
	овощи нат	71	Соленые помидоры	60	5	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	9,8	122,4	2,3	5,3	16,4
	2 блюдо	239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	90/50	26,29	244	13,2	12,9	18,8
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	8	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 бл	388	Напиток из плодов шиповника	200	5,18	88,2	0,7	0,3	20,8
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
		Итого за прием пищи:	1080	76,72	975,4	29,65	32,85	141,05	
Итого за день		Всего за день:	1847	153,44	1815,1	53,9	67,8	243,7	

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

Экономист по ценам *Ирина* Иргородская Л.А.

Зав. производством *Татьяна Левинова*

