

Утверждено
Директор



Школа СОШ № 45 Отд./корп 5-11

День 17.04.11

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	овощи нат	71	Свежие огурцы	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4				
	гастрон	14	Масло сливочное "Крестьянское"	10	9	75	0,1	8,5	0,1				
		15	Сыр Российский	15	9,18	54,5	3,5	4,5	0				
	горячее	204		Макароны запеченные с сыром и маслом сливочным	200/36/10	11,82	228,5	7,9	10,4	25,7			
					200	3	97,9	2,9	2,1	16,7			
					3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком						
					хлеб		Хлеб пшеничный	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
							Хлеб ржаной	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
			Итого за прием пищи	641	40	739,4	21,4	26,4	104,5				
	Обед	овощи натур	71	Свежие огурцы	100	4	13,6	0,8	0,1	2,4			
1 блюдо		101	Суп картофельный с рисовой крупой	250	4,5	108,7	2,3	2,8	18,6				
				100/60	30,5	260	15,1	15,6	16,3				
2 блюдо		250	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	180	4,5	300,8	10,2	8,3	46,4				
				гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным							
3 блюдо		352	Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	0	29,8				
				хлеб пшен		Хлеб пшеничный	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
хлеб ржан			Хлеб ржаной	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8				
			Итого за день	990	49	1112,6	182,5	27,8	181				
				1631	89	1852	288,6	54,2	285,5				

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



Экономист по ценам Ирина Могильная городская Л.А.

зав. производством

Тутельян В.А.