

Школа

СШ № 45

Дата

С/В


 Утверждено
 Директор

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	220/80	38,68	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	2,85	116,9	3,95	0,5	24,15	
	хлеб ржан.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,25	1,65	21,25	
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
Завтрак 2			Итого за прием пищи	775	88,65	1283	45	44	177	
Обед	овощи нат	№ 71 2015г.	Свежие огурцы	100	4,5	12,1	0,1	0,1	1,5	
	1 блюдо	№ 88 2015г.	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	250	3,05	83,2	2	6,1	7	
	2 блюдо	№ 291 2015г.	ГЛОВОК ИЗ ПТИЦЫ	100/300	45,51	454	25,4	14,8	54,7	
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4	
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,25	1,65	21,25	
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
				Итого за прием пищи	1100	88,66	942,10	36,30	23,75	142,75
				Итого за день	1875	177,52	2230,10	81,30	67,75	319,75

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

Экономист по ценам *Мирянова* Городская Л.А.Зав. производством *Людмила Лебедева А.Т.*