



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп                      День 09.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастроном	14	Масло сливочное "Крестьянское"	10	8,90	75	0,1	8,5	0,1
	гастроном	15	Сыр Российский	15	9,00	54,50	3,5	4,5	0,0
	Каша молочн	174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянское 72,5%	220/20	14,10	296,30	6	7,2	52
	3 блюдо	307	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4,00	65	0,1	0,2	15,9
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	30	1,50	58,70	2,00	0,40	11,90
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	1,00	211,2	4,2	0,4	47,7
			<b>Итого за прием пищи</b>	<b>567</b>	<b>38,50</b>	<b>759,30</b>	<b>15,70</b>	<b>20,70</b>	<b>127,50</b>
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные огурцы	100	4	13,60	0,80	0,10	2,40
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	131,70	4,80	5,40	16,10
	2 блюдо	294	Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	100/5	26,1	287,80	15,70	19,50	12,50
	гарнир	321	Капуста тушеная	180	6	165,20	4,00	8,80	17,60
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	120,50	0,40	0,00	29,80
	хлеб пшен		Хлеб пшеничный	50	1	211,20	4,20	0,40	47,70
	хлеб ржан		Хлеб ржаной	50	1,5	97,80	3,30	0,60	19,80
			<b>Итого за прием пищи</b>	<b>935</b>	<b>47</b>	<b>904,2</b>	<b>30,1</b>	<b>34,3</b>	<b>118,8</b>
			<b>Итого за день</b>	<b>1502</b>	<b>85,5</b>	<b>1663,6</b>	<b>45,9</b>	<b>55</b>	<b>1663,6</b>

2015 год. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.

Зав.производством *В.А. Тутельян* М.А. Акишина

Экономист по ценам Л.А. Миргородская