



**Для обучающихся 5-11 кл.**

Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп \_\_\_\_\_ День 10.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	4.59	13.58	0.78	0.10	2.43	
	1 блюдо	289	РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100/280	20.31	490.24	29.73	33.36	17.72	
	Напитки	377	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	2.1	59.9	0.29	0.10	14.69	
	Хлеб рж	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	117.2	3.80	0.40	24.60	
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.5	58.68	1.98	0.36	11.88	
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО КОЛИБРОВАННОЕ)	150	10.5	58.64	0.58	0.58	12.95	
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>817</b>	<b>40</b>	<b>833.6</b>	<b>37.38</b>	<b>35.12</b>	<b>90.92</b>	
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	100	4.59	19.7	1.01	0.20	3.52	
	1 блюдо	112	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	3	117	2.38	5.08	12.99	
	2 блюдо	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	30.91	189.11	14.41	11.45	8.47	
	Гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	5	169.2	3.72	6.48	24.36	
	Напитки	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	1	217.69	0.16	0.16	22.81	
	Хлеб пш	ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	93.04	4.28	0.43	49.18	
	Хлеб рж.	ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	97.8	3.30	0.60	19.80	
				<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>980</b>	<b>49</b>	<b>903.54</b>	<b>29.26</b>	<b>24.40</b>	<b>141.13</b>
				<b>Всего за день:</b>	<b>1797</b>	<b>89</b>	<b>1783.38</b>	<b>67.20</b>	<b>63.67</b>	<b>233.68</b>

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

под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.	
Зав.производством <i>М.А. Акишина</i>	
Экономист по ценам	Л.А. Миргородская