

Для обучающихся 5-11 кл.

Школа МБОУ СОШ № 42 г.Ставрополя Отд./корп \_\_\_\_\_ День 18.03.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	220/20	10	208,9	6,6	7,9	27,9
			гастрономия № 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8	75	0,1	8,3
	гастроном	№ 15	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	9	54,5	3,5	4,5	0
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
	Хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	3 блюдо	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5,5	59,9	0,3	0,7	14,7
фрукты			ЯБЛОКО СЕЗОННОЕ КАЛИБРОВАННОЕ 1 шт.	200	5	73	0,7	0,7	14,7
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>752</b>	<b>40</b>	<b>574,2</b>	<b>16,3</b>	<b>21,5</b>	<b>79,1</b>
Обед	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5	84,7	1,8	4,3	9,9
	2 блюдо	278	Тефтели рубленные из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	100/60	25,85	206,3	12,6	12,2	12,8
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	5	301,8	10,2	8,3	46,5
	3 блюдо	346	Компот из свежих яблок	200	6,15	108,5	0,2	0,2	26,7
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	4	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129,00	4,3	1,65	21,3
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1000</b>	<b>49</b>	<b>1030,4</b>	<b>33,1</b>	<b>26,1</b>	<b>167,3</b>
			<b>Итого за день</b>	<b>1752</b>	<b>89</b>	<b>1604,6</b>	<b>49,4</b>	<b>47,6</b>	<b>246,5</b>
	2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.								
Зав.производством	<i>Григорьев</i>		М.А. Акишина						
Экономист по ценам			Л.А. Миргородская						