



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп _____ День 20.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ Соленые (ОГУРЦЫ)	100	4.59	13.58	0.78	0.10	2.43
	1 блюдо	289	РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100/280	20.31	490.2	####	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		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	117.2	3.80	0.40	24.60
	Хлеб пш		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.5	58.68	1.98	0.36	11.88
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (апельсин)	150	10.5	58.64	0.58	0.58	12.95
			Итого за прием пищи:	817	40	833.6	37.4	35.12	90.92
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ Соленые (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	189.1	####	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	217.7	0.16	0.16	22.81
	Хлеб пш		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	93.04	4.28	0.43	49.18
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	97.8	3.30	0.60	19.80
				Итого за прием пищи:	980	49	903.5	29.3	24.40
			Всего за день:	1797	89	1783	67.2	63.67	233.68

2015 год. Сборник рецептов 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