



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп _____ День 21.03.2025

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	
			Итого за прием пищи:	817	70	833.6	37.38	35.12	90.92	
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	
				Итого за прием пищи:	980	98	903.54	29.26	24.40	141.13
				Всего за день:	1797	168	1783.38	67.20	63.67	233.68

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	