



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп \_\_\_\_\_ День 03.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рецептур ы	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г
Завтрак	Блюда из яиц	210/2015	Омлет натуральный с маслом сливочным	116/10	21	212.44	10.82	17.87
	Овощи натуральные	табл стр 566/2015	Икра кабачковая консервированная	100	3	119	1.9	8.9
	Напитки	379/2015	Кофейный напиток с молоком	200	3	97.91	2.95	2.13
	Хлеб пш.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211.16	4.15	0.42
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	58.68	3.30	0.60
	Фрукты		Фрукты свежие (яблоко колиброванное)	150	10.5	58.64	0.58	0.58
				<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>656</b>	<b>40</b>	<b>757.83</b>	<b>22.38</b>
Обед	Овощи натуральные	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ	100	4.59	13.58	0.78	0.10
	1 блюдо	82/2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	5	97.6	1.70	5.02
	2 блюдо	227/2015	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	100/10	28.91	239.29	18.01	16.87
	Гарнир	125/2015	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	180	5	167.93	3.35	5.74
	Напитки	388/2015	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	3	103	0.70	0.30
	Хлеб пш		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211.16	4.15	0.42
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	97.8	3.30	0.60
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>940</b>	<b>49</b>	<b>930.36</b>	<b>31.99</b>	<b>29.05</b>
			<b>Всего за день:</b>	<b>1596</b>	<b>89</b>	<b>1688.19</b>	<b>54.37</b>	<b>59.31</b>

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

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

Зав.производством  М.А. Акишина

Экономист по ценам \_\_\_\_\_ Л.А. Миргородская

<b>Углеводы, г</b>
2.04
7.7
16.73
47.70
19.80
12.95
<b>99.00</b>
2.43
11.40
3.82
25.89
24.40
47.70
19.80
<b>135.44</b>
<b>234.44</b>