



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа **МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя** Отд./корп _____ День **05.11.2024**

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Блюда из яиц	210/2015	Омлет натуральный с маслом сливочным	116/10	21	212.44	10.82	17.87	2.04
	Овощи натуральные	табл стр 566/2015	Икра кабачковая консервированная	100	3	119	1.9	8.9	7.7
	Напитки	379/2015	Кофейный напиток с молоком	200	3	97.91	2.95	2.13	16.73
	Хлеб пш.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211.16	4.15	0.42	47.70
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	58.68	3.30	0.60	19.80
	Фрукты		Фрукты свежие (яблоко колиброванное)	150	10.5	58.64	0.58	0.58	12.95
			Итого за прием пищи:	656	40	757.83	22.38	30.26	99.00
Обед	Овощи натуральные	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	100	4.59	13.58	0.78	0.10	2.43
	1 блюдо	82/2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	5	97.6	1.70	5.02	11.40
	2 блюдо	227/2015	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	100/10	28.91	239.29	18.01	16.87	3.82
	Гарнир	125/2015	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	180	5	167.93	3.35	5.74	25.89
	Напитки	388/2015	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	3	103	0.70	0.30	24.40
	Хлеб пш		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211.16	4.15	0.42	47.70
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	97.8	3.30	0.60	19.80
			Итого за прием пищи:	940	49	930.36	31.99	29.05	135.44
			Всего за день:	1596	89	1688.2	54.37	59.31	234.44

2015 год. Сборник рецептов 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

