



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп _____ День 06.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г
Завтрак	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	4.59	13.58	0.78	0.10
	1 блюдо	289	РАГУ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100/280	20.31	490.24	29.73	33.36
	Напитки	377	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	2.1	59.9	0.29	0.10
	Хлеб рж		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	117.2	3.80	0.40
	Хлеб пш		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.5	58.68	1.98	0.36
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО КОЛИБРОВАННОЕ)	150	10.5	58.64	0.58	0.58
			Итого за прием пищи:	817	40	833.6	37.38	35.12
Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	4.59	19.7	1.01	0.20
	1 блюдо	112	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	3	117	2.38	5.08
	2 блюдо	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/50	30.91	189.11	14.41	11.45
	Гарнир	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	5	169.2	3.72	6.48
	Напитки	342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	1	217.69	0.16	0.16
	Хлеб пш		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	93.04	4.28	0.43
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	97.8	3.30	0.60
				Итого за прием пищи:	980	49	903.54	29.26
			Всего за день:	1797	89	1783.38	67.20	63.67

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

Углеводы, г
2.43
17.72
14.69
24.60
11.88
12.95
90.92
3.52
12.99
8.47
24.36
22.81
49.18
19.80
141.13
233.68