

Для обучающихся 5-11 кл.



Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп \_\_\_\_\_ День 08.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гастроном	15	Сыр Российский	15	9	54,5	3,5	4,5	0,0	
			Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	10	9	75	0.1	8.3	0.1	
	Каши молочн	222	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	220/20	14.5	296.3	6	7.2	52	
			Кофейный напиток с молоком	200	5	97.9	2.9	2.1	16.7	
	3 блюдо	379		50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ							
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.5	58,7	2	0,4	11,9	
<b>Итого за прием</b>				<b>545</b>	<b>40</b>	<b>793.5</b>	<b>18.6</b>	<b>22.8</b>	<b>128.4</b>	
Обед	овощи нат	71	Свежие огурцы	100	4.5	13.6	0.8	0.1	2.4	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3.6	131.7	4.8	5.4	16.1	
			Биточки рубленные из филе птицы с маслом сливочным	100/10	29.4	287.8	15.7	193.5	12.5	
	2 блюдо	295	Макароны отварные	180	5	200	6.5	0.8	41.7	
	гарнир	203	Компот из свежих яблок	200	4	115	0.2	0.1	27.8	
	3 блюдо	342		50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ							
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	97,8	3,3	0,6	19,8	
	<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>920</b>	<b>49</b>	<b>1058.2</b>	<b>35.2</b>	<b>26.8</b>	<b>168.8</b>
	<b>Итого за день</b>				<b>1485</b>	<b>89</b>	<b>1851.7</b>	<b>49.7</b>	<b>49.6</b>	<b>296.9</b>

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.Г.  
 Зав.производством *М.А. Акишина*  
 Экономист по ценам Л.А. Миргород