



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

|                    |                                                                |            | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г  |
|--------------------|----------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|
|                    |                                                                |            |              |              |              |
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b> |                                                                |            |              |              |              |
| <b>Завтрак</b>     |                                                                |            |              |              |              |
| 1                  | Овощи натуральные свежие (помидоры)                            | 1/80       | 0.55         | 0.1          | 1.90         |
| 2                  | Хлебцы рыбные (минтай) с маслом сливочным «Крестьянским» 72,5% | 1/100/7    | 14.43        | 10.27        | 7.76         |
| 3                  | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%      | 1/200      | 4.13         | 12.2         | 24.00        |
| 4                  | Чай с лимоном*                                                 | 1/200/7    | 0.07         | 0.02         | 15.00        |
| 5                  | Хлеб пшеничный                                                 | 1/50       | 3.95         | 0.5          | 24.15        |
| 6                  | Хлеб ржаной                                                    | 1/50       | 4.25         | 1.65         | 21.25        |
|                    | <b>ИТОГО завтрак:</b>                                          | <b>694</b> | <b>22.58</b> | <b>22.99</b> | <b>70.91</b> |
| <b>Обед</b>        |                                                                |            |              |              |              |
| 1                  | Овощи натуральные свежие (огурцы)                              | 80         | 0.4          | 0.05         | 0.85         |
| 2                  | Суп картофельный с бобовыми                                    | 250        | 5.49         | 5.27         | 16.54        |
| 3                  | Биточки из говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%    | 100/10     | 16.5         | 24.2         | 14.30        |
| 4                  | Овощи в молочном соусе                                         | 200/50     | 4.35         | 16.7         | 30.20        |
| 5                  | Компот из смеси сухофруктов                                    | 200        | 0.66         | 0.09         | 32.01        |
| 6                  | Хлеб ржаной                                                    | 50         | 4.25         | 1.65         | 21.25        |
| 7                  | Хлеб пшеничный                                                 | 50         | 3.95         | 0.5          | 24.15        |

|                |                                                                                          |                                                                                   |                          |              |               |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------|---------------|
|                | <b>ИТОГО обед:</b>                                                                       | <b>940</b>                                                                        | <b>35.6</b>              | <b>48.46</b> | <b>139.30</b> |
| <b>Полдник</b> |                                                                                          |                                                                                   |                          |              |               |
| 1              | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (яблоко, виноград, яблоко-виноград, мультифрукт) | 200                                                                               | 0.1                      | 0.2          | 19.60         |
| 2              | Кондитерское изделие (вафли)                                                             | 75                                                                                | 5.5                      | 7.16         | 36.63         |
| 3              | Фрукты свежие (яблоко) калиброванные                                                     | 150                                                                               | 0.6                      | 0.6          | 13.35         |
|                | <b>ИТОГО полдник:</b>                                                                    | <b>425</b>                                                                        | <b>6.2</b>               | <b>7.96</b>  | <b>69.58</b>  |
|                | <b>ИТОГО понедельник:</b>                                                                | <b>2059</b>                                                                       | <b>64.38</b>             | <b>79.41</b> | <b>279.79</b> |
| 2015 год.      | Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех об                                 |                                                                                   |                          |              |               |
|                | под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.                                             |                                                                                   |                          |              |               |
|                | Зав.производством                                                                        |  | <b>М.А. Акишина</b>      |              |               |
|                | Экономист по ценам                                                                       |                                                                                   | <b>Л.А. Миргородская</b> |              |               |



День 6/23/2025

|                                     |                          |
|-------------------------------------|--------------------------|
| Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры              |
|                                     |                          |
|                                     |                          |
| 11.00                               | № 71 сб.2015 г.          |
| 181.07                              | № 238 сб.2015г.          |
| 230.47                              | № 312 сб.2015г.          |
| 60.00                               | № 377 сб.2015г           |
| 116.90                              |                          |
| 129.00                              |                          |
| 588.44                              |                          |
|                                     |                          |
| 5.00                                | № 71 сб.2015 г.          |
| 148.25                              | № 102 сб.2015г.          |
| 344.00                              | № 268 сб.2015<br>г.      |
| 288.00                              | № 317, 326<br>сб.2015 г. |
| 132.80                              | № 349 сб.2015г.          |
| 129.00                              |                          |
| 116.90                              |                          |

|         |                    |
|---------|--------------------|
| 1163.95 |                    |
|         |                    |
| 83.40   |                    |
| 232.50  |                    |
| 60.45   | № 338<br>сб.2015г. |
| 376.35  |                    |
| 2128.74 |                    |
|         |                    |
|         |                    |
|         |                    |
|         |                    |
|         |                    |