



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп День 13.05.2024г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------|--|-------------------|---|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | гастрон | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" | 10 | 9.00 | 75 | 0.1 | 8,5 | 0.1 |
| | гастрон | 15 | Сыр Российский | 15 | 9.18 | 54.50 | 3.5 | 4.5 | 0.0 |
| | Каша молочн | 174 | Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянское 72,5% | 220/20 | 15.60 | 296.30 | 6 | 7.2 | 52 |
| | 3 блюдо | 307 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | 3.72 | 65 | 0.1 | 0.2 | 15,9 |
| | хлеб ржан | | Хлеб ржаной | 30 | 1.50 | 58.70 | 2.00 | 0.40 | 11.90 |
| | хлеб пшен | | Хлеб пшеничный | 50 | 1.00 | 211.2 | 4,2 | 0,4 | 47,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 567 | 40.00 | 759.30 | 15.70 | 20.70 | 127.50 |
| Обед | овощи натур | 71 | Свежие огурцы | 100 | 4.5 | 13.60 | 0.80 | 0.10 | 2.40 |
| | 1 блюдо | 102 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 3.6 | 131.70 | 4.80 | 5.40 | 16.10 |
| | 2 блюдо | 294 | Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным | 100/5 | 27.6 | 287.80 | 15.70 | 19.50 | 12.50 |
| | гарнир | 321 | Капуста тушеная | 180 | 6 | 165.20 | 4.00 | 8.80 | 17.60 |
| | 3 блюдо | 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 4.8 | 120.50 | 0.40 | 0.00 | 29.80 |
| | хлеб пшен | | Хлеб пшеничный | 50 | 1 | 211.20 | 4.20 | 0.40 | 47.70 |
| | хлеб ржан | | Хлеб ржаной | 50 | 1.5 | 97.80 | 3.30 | 0.60 | 19.80 |
| | | | Всего за прием пищи: | 935 | 49 | 904,2 | 30.1 | 34.3 | 118.8 |
| | | | Итого за день | 1502 | 89 | 1663,6 | 45,9 | 55 | 1663,6 |
| | 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 | | | | | | | |