

Для обучающихся 5-11 кл.



Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп _____ День 22.05.2024г.

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	
	гастроном	14	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	220/20	14.5	296.3	6	7.2	52	
				222						
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	5	97.9	2.9	2.1	16.7	
				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
Итого за прием				545	40	793.5	18.6	22.8	128.4	
Обед	овощи нат	71	Свежие огурцы	100	4.5	13.6	0.8	0.1	2.4	
				250	3.6	131.7	4.8	5.4	16.1	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	100/10	29.4	287.8	15.7	193.5	12.5	
				295						
	2 блюдо	295	Биточки рубленные из филе птицы с маслом сливочным	180	5	200	6.5	0.8	41.7	
				203						
	3 блюдо	342	Компот из свежих яблок	200	4	115	0.2	0.1	27.8	
				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
Итого за прием пищи:				920	49	1058.2	35.2	26.8	168.8	
Итого за день				1485	89	1851.7	49.7	49.6	296.9	

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