



Для обучающихся 5-11 кл.

Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп   День 07.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	бл. из творога	188	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	220/80	32.5	647.5	18.8	20.3	98.1
	Зблюдо	382	Какао с молоком	200	5	134	2.9	2.5	24.8
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.5	58,7	2	0,4	11,9
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>580</b>	<b>40</b>	<b>1051.3</b>	<b>27.8</b>	<b>23.6</b>	<b>182.5</b>
Обед	овощи натур	71	Свежие помидоры	100	4.5	19.7	1	0.2	3.5
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	4.4	114.7	2.1	5.2	14.9
	2 блюдо	229	Рыба Минтай, припущенная с маслом сливочным	100\10	27.1	191.2	13	10.6	11
	гарнир	128	Картофельное пюре	180	6.5	217.8	3.9	11.5	22.7
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	169.2	3.7	6.5	24.4
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.5	97,8	3,3	0,6	19,8
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>940</b>	<b>49</b>	<b>913.3</b>	<b>28.1</b>	<b>23.8</b>	<b>147.1</b>
			<b>Итого за день</b>	<b>1520</b>	<b>89</b>	<b>1964.6</b>	<b>55.9</b>	<b>47.4</b>	<b>329.6</b>
	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							