

Для детей участника СВО



Школа МБОУ СОШ № 42 г. Ставрополя Отд./корп \_\_\_\_\_ День 23.05.2024г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи натур	71	Свежие огурцы	100	4.5	12	0.1	0.1	1.9
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	9	66	0.1	7.2	0.1
	2 блюдо	295	Котлеты рубленные из бройлер цыплят с соусом сметанным с томатом	100/80	39.36	241.7	14.1	18.4	15.7
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	200	6	336	10.6	11.5	47.8
	3 блюда	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	49.5	0.4	0	11.7
	хлеб рж		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4.3	1.65	21.25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2.85	116.9	3.95	0.5	24.2
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19.95	69.5	0.6	0.6	14.7
			<b>Итого за прием пи</b>	<b>962</b>	<b>88.66</b>	<b>1020.6</b>	<b>34.15</b>	<b>39.95</b>	<b>137.35</b>
Обед	Овощи натур	71	Свежие помидоры	100	4.5	12	0.1	0.1	1.9
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	5	102	1.8	5	12.3
	2 блюдо	274	Зразы рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	100/80	39.76	224	11.6	13.5	13.8
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	200	9.6	189	3.6	7.1	25.2
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	88.2	0.7	0.3	26.9
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2.85	116.9	3.95	0.5	24.2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4.3	1.65	21.25
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19.95	69.5	0.6	0.6	14.7
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1140</b>	<b>88.66</b>	<b>930.6</b>	<b>26.65</b>	<b>28.75</b>	<b>140.25</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>Всего за день:</b>	<b>2102</b>	<b>177.32</b>	<b>1951.2</b>	<b>60.8</b>	<b>68.7</b>	<b>277.6</b>
2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учрежд									
под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.									
Зав.производством <i>Акишина</i> М.А. Акишина									
Экономист по ценам <i>Миргородская</i> Л.А. Миргородская									