

1-4 ВТ



Утверждаю

Директор

С.А. Лавочкина

Школа

гимназия 24

Отд./корп

День

5.03.24

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------------|--------------|---|---------------------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| | гастроном | №14 2015 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 9 | 0,08 | 7,2 | 0,1 | 66 |
| | блюда из овощ | № 24 /1994г | ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная | 80 | 7,5 | 36,1 | 1,3 | 1 | 6,4 |
| Завтрак | гор.блюдо | № 210 2015г. | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 135/13 | 32,04 | 285,8 | 13,8 | 24,5 | 2,6 |
| | 3 блюдо | № 379 2015г. | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 5,73 | 103,5 | 3,1 | 2,4 | 17,2 |
| | хлеб белый | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,5 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| Завтрак 2 | фрукты | | Яблоко свежее | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 520,00 | 76,72 | 740,88 | 34,25 | 30,75 | 152,35 |
| Обед | овощи натур | № 71 2015г. | Соленые огурцы | 60 | 5 | 9,6 | 0,56 | 0,1 | 1,52 |
| | 1 блюдо | № 82 2015г. | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/10 | 7,15 | 102 | 1,8 | 5 | 12,3 |
| | 2 блюдо | № 227 2015г. | РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5% | 90/9 | 28,45 | 131,4 | 15,3 | 8,2 | 0,9 |
| | гарнир | № 310 2015г. | Картофель отварной с маслом сливочным | 180 | 8,67 | 189 | 3,63 | 7,1 | 25,2 |
| | 3 блюдо | № 388 2015г. | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 5 | 88,2 | 0,7 | 0,3 | 20,8 |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб черн. | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,5 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Яблоко свежее | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | | Итого за прием пищи | 1049 | 76,72 | 835,60 | 30,84 | 23,45 |
| | | | Итого за день | 1717 | 153,44 | 1576,48 | 65,09 | 54,20 | 273,22 |

2015 год Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А.и Могильный М.П.

Экономист по ценам _____ Миргородская Л.А.

Зав. производством

Лавочкина С.А.

