Утверждено
Директор Маноченко И. Я.

Школа МБОУ гимназия №3 Отд./корп

День 22.09.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастр	14	Масло сливочное	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	гастр	15	Сыр Российский	15	9	54	3,5	4,4	0
	блюда из творо	71	Лапшевник с творогом с маслом слив, повидлом	200/7/80	34,1	388,6	17,7	17,3	40,3
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	6,45	113,4	2,9	1,9	20,9
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,55	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	762	82,5	937,4	33,05	33,55	121,45
Обед	овощи свежи	71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	4,48	9,6	0,9	0,1	1,5
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	250	5,32	115	5,6	4,8	10,2
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным	90/9	39,78	343,9	16,5	24,2	14,3
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	3,67	325	11,46	8,12	51,52
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	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:		82,5	1186,3	43,31	39,97	157,07
	Итого за день		Всего за день:		165	2123,7	76,36	73,52	278,52

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

Зав.производством Шиуро Шиуро Н.А.

Экономист по ценам Л.А. Миргородская