

Утверждено
Директор



Школа МБОУ гимназия №3 Отд./корп _____

День 5.09.23

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	31	647,5	18,8	20,3	98,1	
	3блюдо	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	
			Итого за прием пищи:	580	38,5	1051,3	27,8	23,6	182,5	
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие помидоры	100	4	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	25,6	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	
			Итого за прием пищи:	940	47	913,3	28,1	23,8	147,1	
			Итого за день		1520	85,5	1964,6	55,9	47,4	329,6

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

Зав.производством Шапогалова И. П.
Экономист по ценам Л.А. Миргородская

