



Утверждено
Директор

Школа МБОУ гимназия №3 г.Ставрополя им.Героя Советского Союза Л.Севрюкова Отд./корп

День 6.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши молочн	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	220/80	40,61	535	27,3	25,4	69,3
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	6	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	кисл/молочн		БИОЙГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	27,3	96,2	4,4	3	6,5
			Итого за прием пищи:	735	88,66	1077,1	42,95	40,25	146,15
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	100	7,35	12	0,1	0,1	1,9
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	6,6	217,5	5,6	5,4	17,5
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	100/10	39,11	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	200	5	246,8	6,9	7,3	25,2
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
	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 калиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	1110	88,66	1120,6	35,75	34,15	147,55
			Итого за день	1845	177,32	2197,7	78,7	74,4	293,7

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

Зав.производством *Ирина Сергеевна К.*
Экономист по ценам *Л.А. Миргородская*