

Утверждено  
Директор



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

День 8.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	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 твор	71	Лапшевник с творогом с маслом сливочным	220/8/80	38,96	388,6	17,7	17,3	40,3	
		3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	6	113,4	2,9	1,9	20,9
	хлеб ржан		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	
			Итого за прием пищи:	782	88,66	937,4	33,05	33,55	121,45	
Обед	овощи свежи	71	Овощи натуральные свежие огурцы огурцы	100	7,35	12	0,1	0,1	1,9	
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	250	4,66	115	5,6	4,8	10,2	
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным	100/10	42,55	343,9	16,5	24,2	14,3	
	гарнир		Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	200	3,5	268	7,1	10,1	40,3	
		3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4
	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	
				Итого за прием пищи:	1110	88,66	1131,7	38,15	41,95	146,25
			Итого за день		1892	177,32	2069,1	71,2	75,5	267,7

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.

Зав.производством *Ирина Шевцова*

Экономист по ценам *Л.А. Миргородская*