

Утверждено  
Директор



Школа МБОУ школа №3 Отд./корп \_\_\_\_\_

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	43,46	416,3	27,3	25,4	69,3
	Каши молочн	222		200	5,34	134	2,9	2,5	24,8
	3 блюдо	382	Какао с молоком	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	125	20,3	96,2	4,4	3	6,5
	кисл./молочн		БИОЙГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	715	82,5	958,4	42,95	40,25	146,15
			Итого за прием пищи:						
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	60	4,48	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	217,5	5,6	5,4	17,5
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	90/9	39,57	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,6	217,8	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	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:	1039	82,5	1089,2	36,25	34,15	147,15
			Итого за день	1754	165	2047,6	79,2	74,4	293,3

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

Зав.производством Мухоморова И.А.  
Экономист по ценам Миргородская Л.А.

