



Школа МБОУ гимназия №3 Отд./корп

День 6.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	гастроном	№14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	9	0,08	7,2	0,1	66	
Завтрак	гор.блюдо	№ 204 2015г.	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	197/8/32	31	165,4	4,6	7,7	23,2	
	Зблюдо	№ 350 2015г.	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕНЫХ)	200	8,34	110,2	0,1	0	26,9	
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,26	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,6	129	4,3	1,65	21,25	
	кисломол		БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке	125	27,3	96,2	4,4	0,5	6,5	
				Итого за прием пищи	672	82,50	617,78	24,55	12,95	168,05
Обед	овощи натур.	№ 71 2015г.	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1	2,2	
	1 блюдо	№ 101 2015г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ рисовой	250	5,09	85,2	1,7	2,7	13,3	
	2 блюдо	№ 268, 331 2015г.	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом	90/50	40,80	309,5	16,5	24,2	14,3	
	гарнир	№ 302 2015г.	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	7,66	336	10,62	11,465	47,8	
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4	
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
	фрукты		Яблоко свежее	150	15,15	69,5	0,6	0,6	14,7	
				Итого за прием пищи	1080	82,50	1137,50	38,37	41,22	157,15
				Итого за день	1752	165,00	1755,28	62,92	54,17	325,20

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



Экономист по ценам Миргородская Л.А.
Зав. производством Шкуро Шкуро И.Н.