

Утверждено  
Директор



Школа

МБОУ гимназия №3 Отд./корп

День

15.11.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гастр	14	Масло сливочное	10	9	66	0,1	7,2	0,1	
	гастр	15	Сыр Российский	15	9,18	54	3,5	4,4	0	
	блюда из творога	71	Лапшевник с творогом с маслом слив, повидлом	200/7/80	34,1	388,6	17,7	17,3	40,3	
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	6,17	113,4	2,9	1,9	20,9	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,55	69,5	0,6	0,6	14,7	
			Итого за прием пищи:	762	82,5	937,4	33,05	33,55	121,45	
	Обед	овощи натур	71	Соленые огурцы	60	4,5	9,6	0,9	0,1	1,5
					250	5,32	115	5,6	4,8	10,2
1 бл		108	Суп картофельный с клецками	90/9	39,78	343,9	16,5	24,2	14,3	
2 блюдо		268	Биточки из говядины с маслом	180	3,65	325	11,46	8,12	51,52	
гарнир		171	Каша пшеничная рассыпчатая с	200	4,8	77,4	0	0	19,4	
3 блюдо		349	Компот из смеси сухофруктов	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
фрукты			Яблоко свежее	1039	82,5	1186,3	43,31	39,97	157,07	
			Итого за прием пищи:	1801	165	2123,7	76,36	73,52	278,52	
Итого за день			Всего за день:							

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.А.