

Утверждено
Директор

Машиголова Н.П.

Дата

18.12.23

Школа

МБОУ гимназия №3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,00	54	3,5	0	54	
	гастроном	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1	
Завтрак	гор.блюдо	№ 174 2015г.	КАША вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	220/10	24,16	252,6	5,7	6,8	41,7	
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	200	20,80	83,4	1	0,2	19,6	
	хлеб белый		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб ржаной		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	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		88,66	771	19	17	176
Обед	овощи натур.	№ 71	Овощи натуральные свежие помидоры	100	4	14	0,7	0,1	3	
	1 блюдо	№ 102 2015г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,6	140,7	5,6	5,4	18	
	2 блюдо	№ 268 2015г.	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%		100/10	42,46	343,9	16,5	24,2	14
			МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с		200	5	246,6	6,9	7,3	25,2
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов		200	4,8	77,4	0	0	19,4
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,15
			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	1146,00	38,55	39,75	139,70
				Итого за день		177,32	1917,40	57,70	56,70	315,25
	2015 год Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Туте									
	Зав. производством									



Шкуро Шкуроц.Н.