

Утверждено
Директор _____



Школа МБОУ гимназия №3 Отд./корп _____

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	0,5
				200/7/80	30,36	388,6	17,7	17,3	40,3
	блюда из творога	71	Лапшевник с творогом с маслом слив, повидлом						
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	5,73	113,4	2,9	1,9	20,9
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	762	76,72	937,4	33,05	33,55	121,45
	Обед	овощи натур	71	Соленые огурцы	60	5	9,6	0,9	0,1
				250	6	115	5,6	4,8	10,2
1 бл		108	Суп картофельный с клецками	90/9	34,47	343,9	16,5	24,2	14,3
2 блюдо		268	Биточки из говядины с маслом						
гарнир		171	Каша пшеничная рассыпчатая	180	4	325	11,46	8,12	51,52
3 блюдо		349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4
хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	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	76,72	1186,3	43,31	39,97	157,07
Итого за день			Всего за день:	1801	153,44	2123,7	76,36	73,52	278,52

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.