

Утверждено  
/Директор

*Машоженко И.П.*

Школа

*ШКОЛЫ гимназии №3*

Отд./корп

День

*26.04.24*

| 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 | 30,36  | 388,6        | 17,7  | 17,3  | 40,3     |
|            | 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     | Свежие огурцы                                | 60       | 5      | 9,6          | 0,9   | 0,1   | 1,5      |
|            |                  |        |  | 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 сливочн         | 180      | 4      | 325          | 11,46 | 8,12  | 51,52    |
|            | гарнир           | 171    | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом          | 200      | 4,8    | 77,4         | 0     | 0     | 19,4     |
|            | 3 блюдо          | 349    | Компот из смеси сухофруктов                  | 50       | 1      | 116,9        | 3,95  | 0,5   | 24,2     |
|            | 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

*Машоженко И.П.*