Утверждаю
Директоор
Мамоченко И.П.

Школа МБОУ гимназия №3 Отд./корп День 5.04.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи нат	№ 71 2015г.	Соленые огурцы	60	5,00	9,6	0,6	0,1	1,5
	гастрон.	№14	Масло сливочное "Крестьянское 72,5%	10	9,00	66	0,1	7,2	0,1
	гор.блюдо	№ 289 2015г.	РАГУ из птицы	90/270	36,27	320,6	20,6	16,5	23,1
	3 блюдо	№ 377 2015г.	ЧАЙ с сахаром и лимоном	200/15/7	4,00	49,5	0,4	0	11,7
Завтрак	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,50	129	4,3	1,65	21,25
Завтрак 2	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	902	76,72	761,10	30,55	26,55	95,05
Обед	овощи нат	№ 71 2015г.	Соленые помидоры	60	5,00	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	№ 112 2015г.	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	250	4,00	119,1	4	2,9	20,1
	2 блюдо	№ 274 2015г.	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/5	32,27	202,6	11,6	13,5	13,8
	гарнир	№ 312 2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	8,00	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	5,00	88,2	0,7	0,3	20,8
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,50	129	4,25	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	1035	76,72	930,70	29,70	31,05	139,70
			Итого за день	1937	153,44	1691,80	60,25	57,60	234,75

2015 год Сборник рецептур 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.Ф.