

Утверждено
Директор



Машоженко И.П.

Школа

№504 Машоженко №3

Отд./корп

День

7.05.14

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5
	горячее	237	Зразы рыбные рубленные (из минтая)	90/7	30	201,6	12,1	16,2	13,4
			с маслом сливочным	180	14,47	202	2,5	15,7	0,5
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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:	767	76,72	839,7	24,25	34,95	102,65
Обед	овощи нат	71	Свежие помидоры	60	5	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	9,8	122,4	2,3	5,3	16,4
	2 блюдо	239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	90/50	26,29	244	13,2	12,9	18,8
			Картофельное пюре с маслом сливочным	180	8	191,4	3,9	11,5	22,7
	гарнир	312	Напиток из плодов шиповника	200	5,18	88,2	0,7	0,3	20,8
	3 бл	388	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	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:	1080	76,72	975,4	29,65	32,85	141,05
Итого за день			1847	153,44	1815,1	53,9	67,8	243,7	
			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 *М.А.* Миргородская Л.А.

*Зав. производством *И.И. Шуров*

