

Утверждено
 Директор *В.А. Тугельян*
Воронцов Р.В.

Школа Лицей сеш/19 Отд./корп День 08.04

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастрономия	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	гастр	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,18	54	3,5	4,4	0
	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	220/10	22,32	212,4	6,8	10,1	25,6
Обед	3 блюдо		СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	20,8	83,4	1	0,2	19,6
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,46	129	4,3	1,65	21,25
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	116,9	3,95	0,5	24,2
	фрукты		ЯБЛОКО свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	705	88,66	731,2	20,25	24,65	105,45
	овощи натур	71	Свежие огурцы	100	4,5	12	0,1	0,1	1,9
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5,85	91	3	4,2	10,2
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	100/80	41,71	268	12,8	14,3	16,8
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	200	6	336,1	10,6	11,5	47,8
	3 блюдо	342	Компот из сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		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:	1190	88,66	1133,6	35,55	33,05	163,95
	Итого за день		Всего за день:	1895	177,32	1864,8	55,8	57,7	269,4

2015 год Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тугельян В.А. и Могильный М.П.



Экономист по ценам *Л.А. Миргородская*
 Зав. производством *Л.А. Миргородская*