

Утверждаю

Директор

ШКОЛА

СОШ №45

МЕНЮ

5-11

Дата

09.09.14

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	Блюда из яиц	210/2015	Омлет натуральный с маслом сливочным	116/10	21	212,44	10,82	17,87	2,04
	Овощи натуральные	табл стр 566/2015	Икра кабачковая консервированная	100	3	119	1,9	8,9	7,7
	Напитки	379/2015	Кофейный напиток с молоком	200	3	97,91	2,95	2,13	16,73
	Хлеб пш.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,16	4,15	0,42	47,70
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	58,68	3,30	0,60	19,80
	Фрукты		Фрукты свежие (яблоко колиброванное)	150	10,5	58,64	0,58	0,58	12,95
			Итого за прием пищи:	656	40	757,83	22,38	30,26	99,00
Обед	Овощи натуральные	71/2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ	100	4,59	13,58	0,78	0,10	2,43
	1 блюдо	82/2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	5	97,6	1,70	5,02	11,40
	2 блюдо	227/2015	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	100/10	28,91	239,29	18,01	16,87	3,82
	Гарнир	125/2015	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5%	180	5	167,93	3,35	5,74	25,89
	Напитки	388/2015	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	3	103	0,70	0,30	24,40
	Хлеб пш		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,16	4,15	0,42	47,70
	Хлеб рж.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,30	0,60	19,80
			Итого за прием пищи:	940	49	930,36	31,99	29,05	135,44
			Всего за день:	1596	89	1688,19	54,37	59,31	234,44

Экономист по Ценам
Зав.производством

Миргородская Л.А.

