



*Буденкова*

МЕНЮ

Школа СШ № 45 Отд./корп 1

День 23.04.14

| Прием пищи | Раздел      | № рец.          | Блюдо   | Выход, г                    | Цена        | Калорийность   | Белки         | Жиры        | Углеводы     |
|------------|-------------|-----------------|---|-----------------------------|-------------|----------------|---------------|-------------|--------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | № 173<br>2015г. | КАША вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным "КРЕСТЬЯНСКИМ" 72,5% | 200/10                      | 21,95       | 212,4          | 6,8           | 10,1        | 25,6         |
|            | гор.напиток |                 |   |                             |             |                |               |             |              |
|            | хлеб        | ПР              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50                          | 3,46        | 116,9          | 4,0           | 0,5         | 24,2         |
|            | хлеб        | ПР              | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50                          | 3,95        | 129,0          | 4,3           | 1,7         | 21,3         |
|            | гастр.      | № 14<br>2015г.  | МАСЛО сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями)                               | 10                          | 10,22       | 66,0           | 0,1           | 7,2         | 0,1          |
|            | гастр.      | № 15<br>2015г.  | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (ПОРЦИЯМИ)   | 15                          | 9,18        | 54,0           | 3,5           | 4,4         | 0,0          |
|            | напиток     | 389/2015        | СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)                    | 200                         | 18,14       | 83,4           | 1,0           | 0,2         | 19,6         |
| Завтрак 2  | фрукты      | 338/2015        | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                                   | 150                         | 23,1        | 69,5           | 0,6           | 0,6         | 14,7         |
|            |             |                 | <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>685</b>                  | <b>90,0</b> | <b>731,2</b>   | <b>20,2</b>   | <b>24,7</b> | <b>79,8</b>  |
| Обед       | закуска     | № 71<br>2015г.  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)   | 60                          | 7,94        | 9,6            | 0,6           | 0,1         | 1,5          |
|            | 1 блюдо     | № 112<br>2015г. | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ   | 250/10                      | 8,30        | 91,0           | 3,0           | 4,2         | 10,2         |
|            | 2 блюдо     | № 274<br>2015г. | ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом                         | 90/50                       | 31,32       | 268,0          | 12,8          | 14,3        | 16,8         |
|            | гарнир      | № 312<br>2015г. | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%            | 180                         | 7,73        | 336,0          | 10,6          | 11,5        | 47,8         |
|            | сладкое     |                 |   |                             |             |                |               |             |              |
|            | хлеб бел.   | ПР              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50                          | 3,46        | 116,9          | 4,0           | 0,5         | 24,2         |
|            | хлеб черн.  | ПР              | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50                          | 3,95        | 129,0          | 4,3           | 1,7         | 21,3         |
|            | гор.напиток | № 388<br>2015г. | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ   | 200                         | 4,20        | 111,1          | 0,2           | 0,2         | 27,1         |
|            | фрукты      | 338/2015        | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                                   | 150                         | 23,1        | 69,5           | 0,6           | 0,6         | 14,7         |
|            |             |                 |   | <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>1035</b> | <b>90,0</b>    | <b>1131,1</b> | <b>36,0</b> | <b>33,0</b>  |
|            |             |                 | <b>Всего за день:</b>   | <b>1095</b>                 |             | <b>1 140,7</b> | <b>36,5</b>   | <b>33,1</b> | <b>165,0</b> |

Экономист по ценам Миргородская Л.А.  
 Зав.производством Буденкова А.Ф.

