

ШКОЛА

СОСМ №45

МЕНЮ



Дата 23.09.14

Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	Гастроном	15	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	6,56	34,5				
	Гастроном	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "КРЕСТЬЯНСКОЕ 72,5%	10	7,3	75	3,45	4,45	0,00	
	Каша молочная	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ КРЕСТЬЯНСКИМ 72,5% С САХАРОМ	220/10/10	11,04	208,92	6,63	7,89	27,88	
	Напитки	377	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	2,1	59,9	0,29	0,10	14,69	
	Хлеб рж	пр	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	117,2	3,80	0,40	24,60	
	Хлеб пш	пр	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,68	1,98	0,36	11,88	
	Фрукты	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО КОЛИБРОВАННОЕ)	150	10,5	58,64	0,58	0,58	12,95	
	Итого за прием пищи:				702	40	632,84	16,83	22,08	92,10
	Обед	Овощи натуральные	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ ОГУРЦЫ	100	4,59	13,58	0,78	0,10	2,43
		1 блюдо	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	4	84,67	1,76	4,26	9,89
2 блюдо		278	ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	100/60	31,71	206,3	12,60	12,25	12,81	
Гарнир		302	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4	301,82	10,25	8,31	46,52	
Напитки		349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	2,2	120,53	0,37	0,00	29,78	
Хлеб пш		пр	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	217,69	4,28	0,43	49,18	
Хлеб рж		пр	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,30	0,60	19,80	
Итого за прием пищи:				1000	49	1042,39	33,34	25,95	170,41	
Всего за день:				1702	89	1675,23	50,17	48,03	262,51	

Экономист по Ценам
Зав. производством