

МЕНЮ

Школа СОШ № 45 Отд./корп

СВО



Прием пищи	Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
Завтрак	Гастроном	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	1/10	10,22	0,08	7,2	0,1	66	
	Блюдо из яиц	№ 210 2015г.	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским"	1/135/13	35,07	13,75	24,5	2,6	285,8	
	Гастроном		ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	1/100	8	1,3	1	6,4	45,2	
	Напитки	№ 379 2015г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	1/200	8,16	3,1	2,4	17,2	103,5	
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,46	3,95	0,5	24,15	116,9	
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	4,25	1,65	21,25	129	
	Фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	19,8	0,4	0,4	11,7	56,4	
			Итого за прием пищи:		708	88,66	26,83	37,65	83,4	802,8
	Овощи натур	№ 71 2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	1/100	7,94	0,075	0,125	1,875	12	
	1 блюдо	№ 82 2015г.	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	1/250/10	10,3	1,8	5	12,3	102	
2 блюдо	№ 227 2015г.	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "К"	1/100/10	23,21	17,1	8,22	0,92	146		
Гарнир	№ 310 2015г.	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским"	1/200	15	3,63	7,1	25,2	189		
Напитки	№ 342 2015г.	Компот из свежих яблок	1/200	5	0,8	0,8	139,4	573		
Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1/50	3,46	3,95	0,5	24,15	116,9		
Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	1/50	3,95	4,25	1,65	21,25	129		
Фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)	1/150	19,8	0,4	0,4	11,7	56,4		
		Итого за прием пищи:		1120	88,66	31,605	23,395	225,095	1267,9	
		Всего за день:		1828	177,32	58,435	61,045	308,495	2070,7	

Экономист по ценам Миргородская Л.А.
Зав. производством

