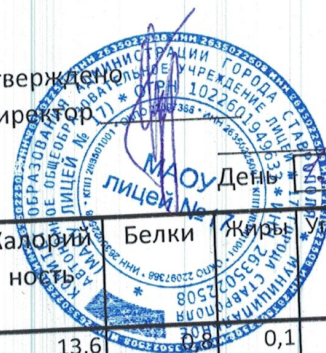


Утверждено
Директор

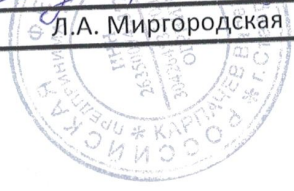


Школа МАОУ Лицей № 71 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	4	13,6	0,8	0,1	24	
		289	Рагу из мяса птицы	100/280	22,2	490,2	29,7	33,4	17,4	
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	120,5	0,4	0	29,8	
				ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
				200	5	73	0,7	0,7	14,7	
	фрукты свежие		Фрукты свежие (яблоко)							
			Итого за прием пищи:	860	38,5	967,2	37,8	35	145,5	
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие помидоры	100	4	19,7	1	0,2	3,5	
			СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	3,5	117	2,4	5,1	13	
	1 блюдо	112	ЗРАЗЫ рубленные из говядины с маслом сливочным	100/5	26,5	225,3	14,4	15,5	8,5	
		274	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	6,5	169,2	3,7	6,5	24,4	
	2 блюдо	128	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	4	103	0,7	0,4	49,2	
		388	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8	
	3 блюдо		Итого за прием пищи:	935	47	943,2	29,7	28,7	166,1	
			Итого за день	1795	85,5	1910,4	67,5	63,7	311,6	

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

Зав.производством Валерий / Валерий И.А.
Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Школа

МАОУ лицей № 17

Отд./корп



Утверждаю
Директор
09.03

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	№ 71 2015г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	7,53		0,6		1,5
	гастрон.	№14	Масло сливочное "Крестьянское 72,5%	10	8,90				0,1
	гор.блюдо	№ 289 2015г.	РАГУ из птицы	90/270	37,62	320,6			23,1
	3 блюдо	№ 377 2015г.	ЧАЙ с сахаром С ЛИМОНОМ*	200/15/7	4,00	49,5	0,4	0	11,7
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,00	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,50	129	4,3	1,65	21,25
Завтрак 2	фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (впечатать название фрукта в данный день)	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи		82,50	761,10	30,55	26,55	95,05
Обед	овощи нат	№ 71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	4,48	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	№ 112 2015г.	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	250	5,73	119,1	4	2,9	20,1
	2 блюдо	№ 274 2015г.	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/5	33,82	202,6	11,6	13,5	13,8
	гарнир	№ 312	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным	180	12,07	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	5,00	88,2	0,7	0,3	20,8
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,00	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,50	129	4,25	1,65	21,25
	фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (впечатать название фрукта в данный день)	150	16,90	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи		82,50	930,70	29,70	31,05	139,70
			Итого за день		165,00	1691,80	60,25	57,60	234,75



Экономист по ценам

Давид / Давидович А

Зав.производством

