

УТВЕРЖДАЮ:

Начальник ЛДП

*Л. И. Мухоморова*

15.07.2021

Приятного аппетита!

ШКОЛА № 10

ДЕНЬ

14

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	Б	Ж	У	калор
завтрак	напиток	1	Чай с сахаром	200	1,96	0,2	0	13,7	53
	гор блюдо	612	Зразы из цыпленка-бройлера с луком и яйцом	90	42,12	11,23	13,8	7,29	141
	гор блюдо	188	Отварные макаронные изделия	120	5,59	4,24	4,95	25,93	210,18
	гор блюдо	233	Овощи припущенные гарнир	30	10,54	0,75	1,05	1,86	20,4
	закуска	89	Сыр (порциями)	10	8,04	2,6	2,7	0	30
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	50	2,33	4,1	1,07	34,3	173,8
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	16,99	0	0	17,64	70,5
			ИТОГО:	680	87,57	23,12	23,57	100,72	698,88
обед	1 блюдо	81	Сметана для супа	5	1,27	0,15	0,1	0	10,5
	1 блюдо	63	Рассольник Ленинградский*	200	12,22	2,4	3,6	16,08	108
	напиток	13	Компот из изюма	200	6,11	0,3	0	25,6	100
	гарнир	218	Сложный гарнир*	75/75	18,87	2,8	3,7	16,2	201
	закуска	87	Огурец свежий	50,00	6,33	0,4	0	1,1	7
	2 блюдо	393	Котлеты, биточки, шницели (свинина, лук репчатый, хлеб пшен	90	48,56	12,5	10,69	15	214,2
	хлеб	58	Хлеб ржаной с отрубями	40	2,19	3,28	0,85	27,44	139,04
	хлеб	53	Булка Сухоложская Витаминизированная	40	2,14	3,28	0,85	27,44	139,04
	сладкое	пром	Конфета	1 шт	5,24	0,3	1,8	9,6	53,3
			ИТОГО:	788	102,93	25,41	21,59	138,46	972,08
			ИТОГО за день:	1468	190,50	48,53	45,16	239,18	1670,96

Старший повар

*Л. И. Мухоморова*