

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71	Овощи натуральные (свежие(отурцы)	1/60	7,20	9,60	0,60	0,10
		237	Зразы рыбные рубленные (из минтая) с маслом сливочным	1/90/7	32,45	201,60		
		143	РАГУ из овощей	1/180	15,43	202,00	2,50	15,70
		349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	111,10	0,20	0,20
			напиток	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50
			хлеб бел.	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65
			хлеб черн.	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65
			фрукты	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60
			ИТОГО:	767	80,18	839,70	24,25	34,95
								102,65
Обед	закуска	71	Овощи натуральные (свежие(помидоры)	1/60	6,20	14,00	0,70	0,10
		96	Рассолыник Ленинградский	1/250	6,32	122,40	2,30	5,30
			1 блюдо					16,40
		239/331	ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом	1/90/50	30,55	244,00		
			2 блюдо					18,80
		312	Картофельное пюре с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	1/180	10,90	191,40	3,90	11,50
		388	Напиток из плодов шиповника	1/200	5,86	88,20	0,70	0,30
			напиток	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50
			хлеб бел.	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65
			хлеб черн.	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60
								14,70
			ИТОГО:	1080	80,18	975,40	29,65	32,85
								141,05
								243,70

Согласовано

Директор МБОУ

№ 38

З.М. Козыба

Повар-бригадир

Экономист по ценам

Прием пищи	Раздел	№ п.п.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	222	Творог из	1/200г	14,13	416,30	27,30	25,40	69,30
	напиток	382	Какао с молоком	1/200	2,70	134,00	2,90	2,50	24,80
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
	Сок фруктовый (яблочный, виноградный, мультифрукт)			1/200	26,00	83,40	1,00	0,20	19,60
	Масло сливочное	14	"Крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00	0,10	7,20	0,10
	Биойогурт		Фруктовый(ябл.,персик,абрик.,банан) в инд.упак.	1/125	25,00	96,20	4,40	3,00	6,50
	ИТОГО:								
	Овощи натуральные	71	свежие(огурцы)	1/60	7,20	9,60	0,60	0,10	1,50
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	1/250	6,50	140,70	5,60	5,40	17,50
Обед	2 блюдо	296	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	1/90/9	31,94	217,50			15,70
	Макаронные изделия отварные	309	"Крестьянским" 72,5% с маслом сливочным	1/180	9,44	217,80	6,90	7,30	25,20
	гарнир	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	111,10	0,20	0,20	27,10
	напиток		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90	3,95	0,50	24,20
	хлеб бел.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00	4,30	1,65	21,25
	хлеб черн.		Фрукты сезонные	1/150	16,50	69,50	0,60	0,60	14,70
	фрукты		кальброванные(яблоко 1шт)						
	ИТОГО:								
	ОТО ЗА ДЕНЬ:				80,18	1012,10	36,25	34,15	147,15
				1039					
				1754					312,90

Согласовано Директор МБОУ Лицей № 38 г. Оренбург

ПОВАР-БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

[illegible]

СЕРТИФИКАТ ДИРЕКТОР МБОУ
№ 38
38-е лаборатория

ПОБАРА-БРИТАДИН

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	208	Лапшевник с творогом и маслом сливочным "крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным	1/200/7/60	37,33	388,60		17,70	40,30
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	1/200	6,00	113,40		2,90	20,90
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90		3,95	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00		4,30	21,25
		14	Масло сливочное "крестьянское" 72,5%(порциями)	1/10	8,50	66,00		0,10	
		15	Сыр "Российский" (порциями)	1/15	8,00	54,00		3,50	0,00
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50		0,60	14,70
	ИТОГО:								
	закуска	71	Овощи натуральные свежие(огурцы)	1/60	7,20	9,60		0,60	1,50
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	1/250	6,89	115,00		5,60	10,20
Обед	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным "крестьянским" 72,5%	1/90/9	32,99	343,90		16,50	14,30
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным "крестьянским" 72,5%	1/180	8,00	325,00		11,46	51,52
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	4,75	77,40		0,00	19,40
	хлеб бел.		Хлеб Пшеничный	1/50	1,89	116,90		3,95	24,20
	хлеб черн.		Хлеб Ржаной	1/50	1,96	129,00		4,30	21,25
	фрукты		Фрукты сезонные калиброванные(яблоко 1шт)	1/150	16,50	69,50		0,60	14,70
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
					1801	2123,70		76,06	278,52
					1039	1186,30		43,01	157,07
	ИТОГО:								

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР МБОУ Лицей № 38 г. Владивосток

ПОДПИСАНО АДМИНИСТРАЦИЕЙ

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

