|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МБОУ КСОШ №3* |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **2 день** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сборник рецептур** | **№ техноло-гической карты** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции** | **Цена, руб.** | **Пищевые вещества** |  | **Энергети-ческая ценность, ккал** |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |  |  |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ |  | 200 | 22,50 | 3,75 | 3,68 | 24,32 | 146,82 |  |  |
| 2008 | 2008 | ЯБЛОКО |  | 200 | 30,00 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 94,00 |  |  |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ  |  | 38 | 2,38 | 2,90 | 0,24 | 19,07 | 89,99 |  |  |
| 2008 | 265 | ПЛОВ ИЗ ОТВ.ГОВЯДИНЫ |  | 150/25 | 65,10 | 19,13 | 21,35 | 44,74 | 448,13 |  |  |
| **Итого за прием пищи:** |  |  |  | **119,98** | **26,58** | **26,07** | **107,73** | **778,94** |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2011 | 269 | КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ) |  | 100 | 54,77 | 17,16 | 18,64 | 16,13 | 300,53 |  |  |
| 2011 | 202.1 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ  | 200 | 21,42 | 8,90 | 10,86 | 54,04 | 349,68 |  |  |
| 2011 | 101 | УХА ПО-ЦАРСКИ |  | 270 | 0,00 | 8,48 | 8,44 | 14,42 | 167,83 |  |  |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ №349 | 50 | 6,79 | 0,64 | 2,43 | 3,70 | 39,79 |  |  |
| 2011 | 342.2 | КОМПОТ ВИШНЕВЫЙ |  | 200 | 7,70 | 0,14 | 0,03 | 21,11 | 85,98 |  |  |
| 2008 | 1 | ХЛЕБ  |  | 76 | 4,81 | 5,80 | 0,47 | 38,14 | 179,98 |  |  |
| **Итого за прием пищи:** |  |  |  | **136,98** | **41,12** | **40,87** | **147,54** | **1 123,79** |  |  |
| **Всего за день:** |  |  |  | **256,36** | **67,70** | **66,94** | **255,27** | **1 902,73** |  |  |
| **Сбалансированность:** |  |  |  |  | **1** | **1,0** | **3,8** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |