



Согласовано
Директор ГБОУ СОШ № 425
имени академика П.Л. Капицы
Кронштадтского района
И.Н. Асанова/

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134,60 руб.

Обед: 201,80 руб.

4 день "18" сентября 2025 г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Бутерброд с маслом и джемом	20/5/15	3	6	28	139	2	2012
Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	17	15,6	37,3	400	224	ТТК
Чай с сахаром	200	0,3		8,3	34	266	2014
Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
Фрукты свежие (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	10	47	368	2012
Итого за Завтрак	560	22,3	23	94	677,5		
Обед							
*Помидор свежий	100	0,6	0,2	3	16	13	ТТК
Рассольник ленинградский с мясом, сметаной, зеленью	250	3,4	7,4	23,2	173	91	ТТК
Плов	280	14,2	12,6	38	306,3	321	ТТК
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103	441	2008
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	1,8	1	11,5	52	5	ТТК
Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
Молоко в инд. упаковке 3,2 % жирности	200	6	6,4	9,4	120	435	ТТК
Итого за Обед	1 090	28,3	28,9	119,9	827,8		
Итого за день	1 650	50,6	51,9	213,9	1505,3		

Заведующий производством