

Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

2.02.14

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 44
г. Ставрополя



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углево
Обед	овощи натур	70							
	1 блюдо	99	Соленые огурцы	60	4,5	9,6	0,6	0,1	1,5
	2 блюдо	278/331	Суп из овощей со сметаной	250/10	4,5	91	3	4,2	10,2
	гарнир	171	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	28,5	268	12,8	14,3	16,8
	3 блюдо	342	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	5	336,1	10,6	11,5	47,8
	хлеб		Компот из сухофруктов	200	4	111,1	0,2	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	гастрономия	№ 14 2015	Итого за прием пищи:	1110	49	1061,7	35,45	32,45	148,85
	Полдник	горячее	204	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9,31	66	0,1	7,2
	3 блюдо	379	Макароны отварные с маслом сливочным	197/8/32	23,19	267,5	10,8	12	27,2
	хлеб		Кофейный напиток с молоком	200	5	103,5	3,1	2,4	17,2
	Хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	Итого за день		Итого за прием пищи:	547	40	682,9	22,25	23,75	89,95
			Всего за день:	1795	89	1744,6	57,7	56,2	238,8

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



Миргородская Л.А.
Людмила Миргородская



Школа МБОУ СОШ № 44

Отд./корп Б.О.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы	
Обед	овощи натур	70	Соленые огурцы	60	4,5	9,6	0,6	1,5	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,1	217,5	5,6	17,5	
	2 блюдо	295	Котлеты рубленные из бройлер-цыплятс маслом сливочным	90/9	30,4	217,8	14,1	15,7	
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	4,5	217,8	6,9	25,2	
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4	111,1	0,2	27,1	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	24,2	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	21,25	
	Итого за прием пищи:				889	49	1019,7	35,55	132,45
	Полдник	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9,31	66	0,1	0,1
		горячее	183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	200/10	22	210,3	6,6	24,4
3 блюдо		379	Кофейный напиток с молоком	200	6,19	103,5	3,1	17,2	
хлеб ржан			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	21,25	
хлеб пшен			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	24,2	
Итого за прием пищи:				520	40	625,7	18,05	87,15	
Всего за день:				1409	89	1645,4	53,7	219,6	
Итого за день									

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



Миргородская Л.А.
Э.М.

Утверждено
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп

14.01.14

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи нат	70	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	1	2,2
Обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	4,37	122,4	2,3	5,3	16,4
	2 блюдо	239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	90/50	26,13	244	13,2	12,9	18,8
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	7,5	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	88,2	0,7	0,3	20,8
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
Полдник			Итого за прием пищи:	930	49	905,9	29,05	33,15	126,35
	гастрономия	№ 14 2015	Масло сливочное Крест	10	9,31	66	0,1	7,2	0,1
	горячее	188	Запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	200/80	24,69	434,9	12,3	13,6	64,6
	3 блюдо	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,5	65	0,1	0	15,9
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			Итого за прием пищи:	612	40	811,8	20,75	22,95	126,05
	Итого за день		Всего за день:	1542	89	1717,7	49,8	56,1	252,4

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



Миргородская Л.А.
Людмила Миргородская

Школа

№ 44

Отд./корп



15.02.14

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы	
Обед	Овощи натур	70	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	2,2	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	4,15	102	1,8	12,3	
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса с соусом сметанным с томатом	90/70	27,35	224	11,6	13,8	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,5	189	3,6	25,2	
	3 блюдо	388	Напиток из шиповника	200	4	180	3,6	25,2	
	хлеб рж		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	21,25	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	24,2	
			Итого за прием пищи:						
	Поддик	гастрон	14	Масло сливочное порцион	960	49	954,9	29,55	124,15
		блюдо из творога	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	10	9,31	66	0,1	0,1
Чай с сахаром и лимоном				200/80	24,19	523,8	24,5	19,2	
3 блюда		377	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200/15/7	4	49,5	0,4	11,7	
	хлеб рж		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	21,25	
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	24,2	
	Итого за день		Всего за день:	612	40	885,2	33,25	120,25	
				1972	89	1840,1	62,8	244,4	

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



Экономист по ценам

Миргородская Л.А.

Ведущий специалист
Тутельян В.А.



Школа МБОУ СОШ № 44

Отд./корп 16.01.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	овощи натур	71	Соленые огурцы	60	4,5	9,6	0,9	0,1	1,5	
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	250	4,16	115	5,6	4,8	10,2	
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным	90/9	29,34	343,9	16,5	24,2	14,3	
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	4,5	325	11,46	8,12	51,52	
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4	77,4	0	0	19,4	
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25	
			Итого за прием пищи:	889	49	1116,8	42,71	39,37	142,37	
	Подник	гастр	14	Масло сливочное	10	9,31	66	0,1	7,2	0,1
		Молочная каша	182	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	200/10	21,05	212,4	6,8	10,1	25,6
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	7,14	134	2,9	2,5	24,8	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2	
			Итого за прием пищи:	520	40	658,3	18,05	21,95	95,95	
	Итого за день		Всего за день:	1409	89	1775,1	60,76	61,32	238,32	

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



Миргородская Л.А.

Л.А. Миргородская