



Школа МБОУ СОШ № 44

Отд./корп 19.02.2014

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	овощи натур	70	Соленые помидоры						
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	60	4	14	0,7	0,1	2,2
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным	250	3,6	140,7	5,6	5,4	17,5
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	90/9	29,9	314,9	16,5	24,2	14,3
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	5	166,5	5,4	0,7	34,7
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			Итого за прием пищи	200	4	77,4	0	0	19,4
				889	49,00	959,40	36,45	32,55	133,55
	полдник	блюдо из творога	188	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным					
3 блюдо		382	Какао с молоком	200/80	23,6	320	9,3	7,2	53,6
хлеб бел.			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	5	134	2,9	2,5	28,8
хлеб черн.			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
гастр		14	Масло сливочное Крестьянское	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			Итого за прием пищи	10	8,9	75	0,1	8,3	0,1
			Итого за день	590	40,00	774,90	20,55	20,15	127,95
				1479	89,00	1734,30	57,00	52,70	261,50

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



Миргородская Л.А.

*Л.А. Миргородская*

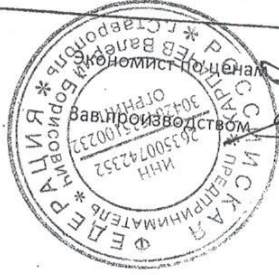
Школа МБОУ СОШ № 44

Отд./корп 20.01.24



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи натур	70	Соленые огурцы	60	4,5	9,6	0,56	0,1	1,52
Обед	1 блюдо	№ 82 2015г.	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,2	102	1,8	5	12,3
	2 блюдо	№ 227 2015г.	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	90/9	27,4	131,4	15,3	8,2	0,9
	гарнир	№ 310 2015г.	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,4	189	3,63	7,1	25,2
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	4	88,2	0,7	0,3	20,8
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			Итого за прием пищи	899	49,00	766,10	30,24	22,85	106,17
Полдник	овощи натур	71	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1	2,2
	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	197/8/32	20,5	267,5	10,8	12	27,2
	3 блюдо	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,5	49,5	0,4	0	11,7
	хлеб белый		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	гастр	14	Масло сливочное Крестьянское	10	9	75	0,1	8,3	0,1
			Итого за прием пищи	629	40,00	651,90	20,25	22,55	86,65
		Итого за день	1528	89,00	1418,00	50,49	45,40	192,82	

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



*Миргородская Л.А.*  
*Олея Селезнева Л.М.*

Школа МБОУ СОШ № 44

Отд./корп 21.02.14г



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи натур	70	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1	2,2
Обед	1 блюдо	№ 101 2015г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой	250	4	85,2	1,7	2,7	13,3
	2 блюдо	№ 268, 331 2015г.	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом	90/50	30	309,5	16,5	24,2	14,3
		№ 302 2015г.	Каша гречневая с маслом сливочным	180	5	336	10,62	11,465	47,8
3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	200	3	77,4	0	0	19,4	
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			Итого за прием пищи	930	49,00	1068,00	37,77	40,62	142,45
Полдник	гор.блюдо	182	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	200/10	20,83	256,7	8	10,2	33,2
	зблюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	7,36	103,5	3,1	2,4	17,2
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	гастр	14	Масло сливочное Крестьянское	10	9,31	75	0,1	8,3	0,1
			Итого за прием пищи	520	40,00	681,10	19,45	23,05	95,95
			Итого за день	1450	89,00	1749,10	57,22	63,67	238,40

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



Экономист по ценам Миргородская Л.А.

Евгения Шамова Э.П.



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп 2/0244

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	овощи натур	70	Соленые огурцы	60	4,5	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	№ 88 2015г.	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	250	4,5	83,2	2	6,1	7
	2 блюдо	№ 291 2015г.	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	90/270	34,5	454	25,4	14,8	54,7
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	200	3	77,4	0	0	19,4
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,25	1,65	21,25
	Итого за прием пищи			680	49,00	870,10	36,20	23,15	128,05
	овощи нат	70	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1	2,2
	гастрон	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	9,31	66	0,1	7,2	0,1
	гор.блюдо	213	Омлет с жареным картофелем и маслом сливочным	180/10	19,69	420	12,6	32,4	18,8
Полдник	3 блюдо	308	Напиток из шиповника	200	4	88,2	2,9	2,5	24,8
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,25	1,65	21,25
	Итого за прием пищи			560	40	834,1	24,5	44,35	91,3
	Итого за день			1240	89,00	1704,20	60,70	67,50	219,35
	Итого за день								

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



Экономист по ценам Миргородская Л.А.  
Евдеева Светлана Э.М.



Школа МБОУ СОШ № 44

Отд./корп. 13.02.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угл.
Обед	овощи нат	70	Соленые помидоры						
	1 блюдо	№ 112 2015г.	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	60	4,50	14	0,7	0,1	
	2 блюдо	№ 274 2015г.	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	250	3,50	119,1	4	2,9	2
	3 блюдо	№ 388 2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом	90/5	28,00	202,6	11,6	13,5	13
	хлеб бел.		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	6,50	191,4	3,9	11,5	22
	хлеб черн.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	4,00	88,2	0,7	0,3	20,1
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,15
			Итого за прием пищи	50	1,50	129	4,25	1,65	21,25
		гастрон. №14	Масло сливочное "Крестьянское 72,5%	895	49,00	861,20	29,10	30,45	125,00
		гор.блюд о 218	Вареники ленивые отварные с молоком сгущеным	10	9,31	66	0,1	7,2	0,1
Полдник	3 блюдо	№ 377 2015г.	ЧАЙ с сахаром С ЛИМОНОМ*	200/40	24,19	384,7	25,7	13,8	39,3
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200/15/7	4,00	49,5	0,4	0	11,7
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,2
			Итого за прием пищи	50	1,50	129	4,3	1,65	21,25
			Итого за день	572	40,00	746,10	34,45	23,15	96,55
				1467	89,00	1607,30	63,55	53,60	221,55

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



Миргородская Л.А.

*Сидорова Э.М.*