



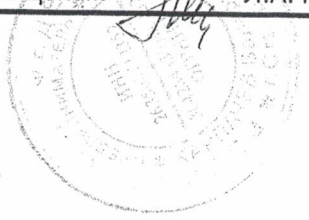
Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп _____

День 2.10.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	гастрогомия	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1	
	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9	54	3,5	4,4	0	
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	200/10	20,6	212,4	6,8	10,1	25,6	
	3 блюдо		СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	19,55	83,4	1	0,2	19,6	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
	фрукты		ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
			Итого за прием пищи:	685	82,5	731,2	20,25	24,65	105,45	
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	3,1	9,6	0,6	0,1	1,5	
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5,69	91	3	4,2	10,2	
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	38	268	12,8	14,3	16,8	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	6,46	336,1	10,6	11,5	47,8	
	3 блюдо	342	Компот из сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1	
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25	
	фрукты		ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
				Итого за прием пищи:		82,5	1131,2	36,05	33,05	163,55
				Итого за день	1795	165	1862,4	56,3	57,7	269

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

Зав.производством Ирина Шамова И.И.
 Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено
Директор



День 3.10.2015

Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Овощи нуральные свежие огурцы	60	8,82	9,6	0,6	0,1	1,5
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным	90/7	30,91	201,6	12,1	16,2	13,4
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	13,52	202	2,5	15,7	0,5
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	180	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	767	82,5	839,7	24,25	34,95	102,65
				60	4,48	14	0,7	0,1	2,2
	Обед	овощи нат	71	Овощи нуральные помидоры	60	4,48	14	0,7	0,1
1 блюдо		96	Рассольник Ленинградский	250	7,38	122,4	2,3	5,3	16,4
2 блюдо		239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	90/50	25,13	244	13,2	12,9	18,8
гарнир		312	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	16,06	191,4	3,9	11,5	22,7
3 блюдо		388	Напиток из плодов шиповника	200	5	88,2	0,7	0,3	20,8
хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
фрукты			Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	1080	82,5	975,4	29,65	32,85	141,05
			Всего за день:	1847	165	1815,1	53,9	67,8	243,7

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.

Зав.производством Л.А. Миргородская

Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено
Директор



День 20.12.

Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп

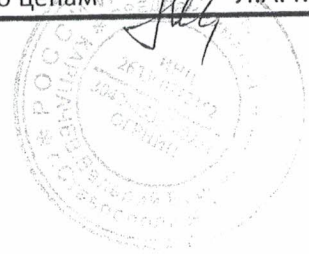
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши молочн 3 блюдо хлеб хлеб	222 382	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	43,46	416,3	27,3	25,4	69,3
			Какао с молоком	200	5,34	134	2,9	2,5	24,8
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
гастроном кисл/молочн	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1	
		БИОИГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	20,3	96,2	4,4	3	6,5	
		Итого за прием пищи:	715	82,5	958,4	42,95	40,25	146,15	
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	60	4,48	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	217,5	5,6	5,4	17,5
			Котлеты рубленые из бройлер-цыплятс маслом сливочным	90/9	39,57	217,8	14,1	18,4	15,7
	2 блюдо	295	Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,6	217,8	6,9	7,3	25,2
	гарнир	309	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
	3 блюдо	342	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
	фрукты		Итого за прием пищи:	1039	82,5	1089,2	36,25	34,15	147,15
	Итого за день		Всего за день:	1754	165	2047,6	79,2	74,4	293,3

2015 год. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.

Зав.производством *Л.А. Миргородская*

Экономист по ценам *Л.А. Миргородская*



Утверждено
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп _____

День 5.10.15

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи свежие	71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	4,82	9,6	0,6	0,1	1,5
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер цыплят со соусом сметанным с томатом	90/50	31,87	241,7	14,1	18,4	15,7
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,46	336	10,6	11,5	47,8
	3 блюда	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	49,5	0,4	0	11,7
	хлеб рж		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	862	82,5	1018,2	34,65	39,95	136,95
Обед	Овощи натур	71	Помидоры свежие	60	4,48	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	7,74	102	1,8	5	12,3
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	90/70	33,82	224	11,6	13,5	13,8
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	180	7,01	189	3,6	7,1	25,2
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	5	88,2	0,7	0,3	26,9
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	1110		932,6	27,25	28,75	140,55
		Итого за день		Всего за день:	1972	#ЗНАЧ!	1950,8	61,9	68,7

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тутельян В.А. И Могильный М.П.

Зав.производством Л.А. Миргородская
Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп _____

День БН. 29.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастр	14	Масло сливочное	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	гастр	15	Сыр Российский	15	9	54	3,5	4,4	0
	блюда из творога	71	Лапшевник с творогом с маслом слив, повидлом	200/7/80	34,1	388,6	17,7	17,3	40,3
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	6,45	113,4	2,9	1,9	20,9
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,55	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	762	82,5	937,4	33,05	33,55	121,45
Обед	овощи свежи	71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	4,48	9,6	0,9	0,1	1,5
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	250	5,32	115	5,6	4,8	10,2
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным	90/9	39,78	343,9	16,5	24,2	14,3
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	3,67	325	11,46	8,12	51,52
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:		82,5	1186,3	43,31	39,97	157,07
	Итого за день		Всего за день:		165	2123,7	76,36	73,52	278,52

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

Зав.производством Л.А. Миргородская
Экономист по ценам Л.А. Миргородская

