

Утвержд.
Директор



Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
	гастрономия	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9	66	0,1	0,1
	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,18	54	3,5	0
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	200/10	20,75	212,4	6,8	25,6
	3 блюдо		СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	200	15,34	83,4	1	19,6
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	21,25
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	24,2
Обед	фрукты		ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	685	76,72	731,2	20,25	105,45
	овощи натур	71	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,6	1,5
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	6	91	3	10,2
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	32,47	268	12,8	16,8
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	6	336,1	10,6	47,8
	3 блюдо	342	Компот из сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	21,25
	фрукты		ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	14,7
		Итого за прием пищи:	1110	76,72	1131,2	36,05	163,55	
Итого за день			Всего за день:	1795	153,44	1862,4	56,3	269

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

Экономист по ценам *Л.А. Миргородская*

Зав. производством *Л.А. Миргородская*



Утвержден
Директор



Школа

Школа СОШ № 44

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийно	Жиры	Белки	Углеводы	
Завтрак	овощи нат	71	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5	
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным	90/7	30	201,6	12,1	16,2	13,4	
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	14,47	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	1	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	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	76,72	839,7	24,25	34,95	102,65	
	Обед	овощи нат	71	Свежие помидоры	60	5	14	0,7	0,1	2,2
		1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	9,8	122,4	2,3	5,3	16,4
2 блюдо		239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	90/50	26,29	244	13,2	12,9	18,8	
гарнир		312	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	8	191,4	3,9	11,5	22,7	
3 бл		388	Напиток из плодов шиповника	200	5,18	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	
фрукты			Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
			Итого за прием пищи:	1080	76,72	975,4	29,65	32,85	141,05	
Итого за день			Всего за день:	1847	153,44	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.

Экономист по ценам Миргородская Л.А.

зав.производством Евг. Павлова Е.М.





10.04.2015

Школа МБОУ СОШ № 11 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши молочн	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	32,45	416,3	27,3	25,4	69,3
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	5,34	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	кисл/молочн		БИЙГУРТ в индивидуальной УПАКОВКЕ	125	27,43	96,2	4,4	3	6,5
			Итого за прием пищи:	715	76,72	958,4	42,95	40,25	146,15
Обед	овощи натур	71	Огурцы Свежие	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	5	217,5	5,6	5,4	17,5
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	90/9	34,47	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макарон отварные с маслом сливочным	180	5	217,8	6,9	7,3	25,2
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	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
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	1039	76,72	1089,2	36,25	34,15	147,15
	Итого за день		Всего за день:	1754	153,44	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.



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



Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

10.04.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каши молочн	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	32,45	416,3	27,3	25,4	69,3	
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	5,34	134	2,9	2,5	24,8	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25	
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2	
	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9	66	0,1	7,2	0,1	
	кисл/молочн		БИЙГУРТ в индивидуальной упаковке	125	27,43	96,2	4,4	3	6,5	
			Итого за прием пищи:		715	76,72	958,4	42,95	40,25	146,15
Обед	овощи натур	71	Огурцы Свежие	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5	
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	5	217,5	5,6	5,4	17,5	
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	90/9	34,47	217,8	14,1	18,4	15,7	
	гарнир	309	Макаронь отварные с маслом сливочным	180	5	217,8	6,9	7,3	25,2	
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	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	
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
			Итого за прием пищи:		1039	76,72	1089,2	36,25	34,15	147,15
	Итого за день		Всего за день:		1754	153,44	2047,6	79,2	74,4	293,3

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



Экономист по ценам Л.А. Миргородская

Зав. производством Евгений Георгиевич

Утвержден
Директор



Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность			Углеводы
Завтрак	Овощи натур	71	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер цыплят соусом сметанным с томатом	90/50	30,27	241,7	14,1	18,4	15,7
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	6	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	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	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	76,72	1018,2	34,65	39,95	136,95
Обед	Овощи натур	71	Помидоры Свежие	60	5	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	7,15	102	1,8	5	12,3
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	90/70	28,45	224	11,6	13,5	13,8
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	180	8,67	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	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	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:	1060	76,72	932,6	27,25	28,75	140,55
	Итого за день		Всего за день:	1922	153,44	1950,8	61,9	68,7	277,5

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



Экономист по ценам Миргородская Л.А.

Зав. производством Евгения Николаевна Е.М.

