



Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

День 12.12.2017

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Соленые огурцы	60	8,39		0,6	1,5
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным	90/7	28,84	201,6	12,1	13,4
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	13,6	202	2,5	0,5
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	180	4,8	111,1	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,26	116,9	3,95	0,5
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,66	129	4,3	1,65
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6
			Итого за прием пищи:	767	82,5	839,7	24,25	34,95
				60	4,5	14	0,7	0,1
	Обед	овощи нат	71	Соленые помидоры	250	7,36	122,4	2,3
1 блюдо		96	Рассольник Ленинградский	90/50	25,13	244	13,2	12,9
2 блюдо		239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	180	16,06	191,4	3,9	11,5
гарнир		312	Картофельное пюре с маслом сливочным	200	5	88,2	0,7	0,3
3 бл		388	Напиток из плодов шиповника	50	2	116,9	3,95	0,5
хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	129	4,3	1,65
хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	19,95	69,5	0,6	0,6
фрукты			Яблоко свежее	1080	82,5	975,4	29,65	32,85
			Итого за прием пищи:	1847	165	1815,1	53,9	67,8
Итого за день			Всего за день:					

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



Школа

Школа № 11

Отд./корп

День *13.12.2015*

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши молочн	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	43,36	416,3	27,3	69,3
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	5,34	134	2,9	24,8
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	21,25
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	24,2
	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9	66	0,1	0,1
	кисл/молочн		БИОЙГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	20,3	96,2	4,4	3
			Итого за прием пищи:	715	82,5	958,4	42,95	40,25
Обед	овощи натур	71	Огурцы соленые	60	4,5	9,6	0,6	1,5
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	217,5	5,6	17,5
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	90/9	39,57	217,8	14,1	18,4
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,58	217,8	6,9	7,3
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6
			Итого за прием пищи:	1039	82,5	1089,2	36,25	34,15
	Итого за день		Всего за день:	1754	165	2047,6	79,2	74,4

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.М. Миргородская*

Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп



День 14.12.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	БЖУ	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	Овощи натур	71	Соленые огурцы	60	4,5	9,6	0,1	1,5
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	9	9,6	0,1	0,1
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер цыплят соусом сметанным с томатом	90/50	32,09	241,7	14,1	18,4
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,46	336	10,6	11,5
	3 блюда	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	49,5	0,4	0
	хлеб рж		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6
			Итого за прием пищи:	862	82,5	1018,2	34,65	39,95
				60	4,5	14	0,7	0,7
Обед	Овощи натур	71	Помидоры соленые	200/10	7,72	102	1,8	5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	90/70	33,82	224	11,6	13,5
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	180	7,01	189	3,6	7,1
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	200	5	88,2	0,7	0,3
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	50	2	116,9	3,95	0,5
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	129	4,3	1,65
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	19,95	69,5	0,6	0,6
	фрукты		Яблоко свежее	1060	82,5	932,6	27,25	28,75
			Итого за прием пищи:	1922	165	1950,8	61,9	68,7
	Итого за день		Всего за день:					

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



Миргородская Л.А.
Евдокимов Е.М.

Школа

Льбову дом N 44

Отд./корп



День

15.12.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастр	14	Масло сливочное	10	9		0,1	0,1
	гастр	15	Сыр Российский	15	9,18	54	3,5	4,4
				200/7/80	34,1	388,6	17,7	40,3
	блюда из творога	71	Лапшевник с творогом с маслом слив, повидлом	200	6,17	113,4	2,9	1,9
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	50	2,5	129	4,3	1,65
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2	116,9	3,95	0,5
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	19,55	69,5	0,6	0,6
	фрукты		Яблоко свежее	762	82,5	937,4	33,05	33,55
			Итого за прием пищи:					
	Обед	овощи натур	71	Соленые огурцы	60	4,5	9,6	0,9
				250	5,32	115	5,6	4,8
1 бл		108	Суп картофельный с клецками	90/9	39,78	343,9	16,5	24,2
2 блюдо		268	Биточки из говядины с маслом	180	3,65	325	11,46	8,12
гарнир		171	Каша пшеничная рассыпчатая с	200	4,8	77,4	0	0
3 блюдо		349	Компот из смеси сухофруктов	50	2	116,9	3,95	0,5
хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,5	129	4,3	1,65
хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	19,95	69,5	0,6	0,6
фрукты			Яблоко свежее	1039	82,5	1186,3	43,31	39,97
			Итого за прием пищи:	1801	165	2123,7	76,36	73,52
		Итого за день:						
		Всего за день:						

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.
 За производство *Л.А. Миргородская*