



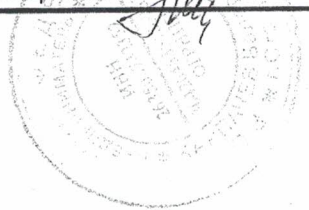
Утверждено
Директор

Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп День 16.10.2015

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		Всего 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
Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп

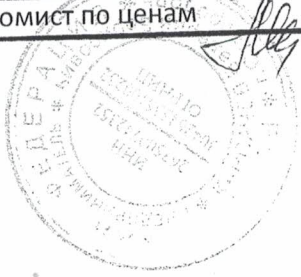
День 17.10.2015

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
Обед	овощи нат	71	Овощи нуральные помидоры	60	4,48	14	0,7	0,1	2,2
	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
			Итого 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
Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44

Отд./корп _____

День 18.10.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши молочн	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	43,46	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	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	гастроном	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	кисл/молочн		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
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплятс маслом сливочным	90/9	39,57	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,6	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	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:	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 19.10.2015

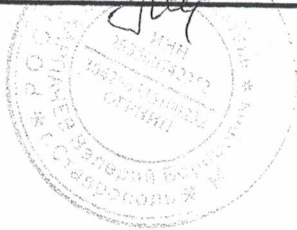
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи свежие	71	Овощи натуральные свежие огурцы	60	4,82	9,6	0,6	0,1	1,5
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	2 блюда	295	Котлеты рубленые из бройлер цыплят соусом сметанным с томатом	90/50	31,87	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	#ЗНАЧИ	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.

Зав.производством Людмила Чепарова Л.М.

Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено
Директор



День 20.10.2015

Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп _____

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 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

