

Утвержд
Директ



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	7,2
	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,18	54	3,5	4,4
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	200/10	20,75	212,4	6,8	10,1
	3 блюдо		СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	15,34	83,4	1	0,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5
Обед	фрукты		ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6
			Итого за прием пищи:	685	76,72	731,2	20,25	24,65
	овощи натур	71	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,6	0,1
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	6	91	3	4,2
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	32,47	268	12,8	14,3
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	6	336,1	10,6	11,5
	3 блюдо	342	Компот из сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65
	фрукты		ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6
		Итого за прием пищи:	1110	76,72	1131,2	36,05	33,05	
Итого за день			Всего за день:	1795	153,44	1862,4	56,3	57,7

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

Экономист по ценам М. Миргородская Л.А.
Зав. производством Евгений Сергеевич



Утвержден
Директор



Школа

№ 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	0,8	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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.

Экономист по ценам
Зав. производством

Миргородская Л.А.

Евгения Маркова Е.М.



Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

22.05.24

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		БИОЙГУРТ 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-цыплятс маслом сливочным	90/9	34,47	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макароны 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. МиргородскаяЗав. производством Евгений Ткачев

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
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 рецептур 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 Евгений Шевцова Е.М.



Школа № 601 с/ош № 11 Отд./корп

24.05.14

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастр	14	Масло сливочное	10	9	66	0,1	7,2
	гастр	15	Сыр Российский	15	9,18	54	3,5	4,4
	блюда из творога	71	Лапшевник с творогом с маслом слив, повидлом	200/7/80	30,36	388,6	17,7	17,3
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	5,73	113,4	2,9	1,9
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6
			Итого за прием пищи:	762	76,72	937,4	33,05	33,55
Обед	овощи натур	71	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,9	0,1
				250	6	115	5,6	4,8
	1 бл	108	Суп картофельный с клецками	90/9	34,47	343,9	16,5	24,2
	2 блюдо гарнир	268 171	Биточки из говядины с маслом сливочн Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180	4	325	11,46	8,12
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6
			Итого за прием пищи:	1039	76,72	1186,3	43,31	39,97
	Итого за день		Всего за день:	1801	153,44	2123,7	76,36	73,52

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 Людмила Николаевна