

Утверж  
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	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 М. Миргородская Л.А.

Зав. производством Евгений Георгиевич



Утвержден  
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп                     

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	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

15 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 Евг. Маркова Е.В.







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 рецептов 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.*  
*Евгений Владимирович*





Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

26.04.2015

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	268	Биточки из говядины с маслом сливочн	180	4	325	11,46	8,12
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	200	4,8	77,4	0	0
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	50	1	116,9	3,95	0,5
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,5	129	4,3	1,65
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	19,95	69,5	0,6	0,6
	фрукты		Яблоко свежее	1039	76,72	1186,3	43,31	39,97
			Итого за прием пищи:	1801	153,44	2123,7	76,36	73,52
	Итого за день		Всего за день:					

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

Евгения Семенова



Утверждаю  
*[Signature]*

Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп                     

День 27.04.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,18	54	3,5	0	54	
	гастроном	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	9	66	0,1	7,2	0,1	
	гор.блюдо	№ 174 2015г.	КАША вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	200/10	21,49	252,6	5,7	6,8	41,7	
	напиток		СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт)	200	14,60	83,4	1	0,2	19,6	
	хлеб белый		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб ржаной		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,50	129	4,3	1,65	21,25	
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7	
Завтрак 2			Итого за прием пищи	685	76,72	771,40	19,15	16,95	175,55	
Обед	овощи натур	№ 71 2015г.	Свежие помидоры	60	5	14	0,7	0,1	3	
	1 блюдо	№ 102 2015г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5	140,7	5,6	5,4	18	
	2 блюдо	№ 268 2015г.	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/9	34,47	314,9	16,5	24,2	14	
	гарнир	№ 309 2015г.	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	5	217,8	6,9	7,3	25	
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4	
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,15	
	хлеб черн.		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	1080,20	38,55	39,75	139,70
				Итого за день	1724	153,44	1851,60	57,70	56,70	315,25

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 Евгений Евгеньевич