

Утверждено
Директор



Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

25.12.2015

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гастрономия	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,18	54	3,5	4,4	0
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	200/10	20,32	212,4	6,8	10,1	25,6
	3 блюдо		СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	20,8	83,4	1	0,2	19,6
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,73	116,9	3,95	0,5	24,2
	конд		Шоколад "Аленка"	20	19,02	54	1,75	6,4	11,2
	фрукты		ЯБЛОКО свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	705	104	785,2	22	31,05	116,65
	овощи натур	71	Соленые огурцы	60	10,26	9,6	0,6	0,1	1,5
Обед	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	11,75	91	3	4,2	10,2
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	43	268	12,8	14,3	16,8
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	8,51	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	2,73	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	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	104	1131,2	36,05	33,05	163,55
	Итого за день		Всего за день:	1795	208	1916,4	58,05	64,1	280,2

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

В.А. Тутельян

Утверждено
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп 2б. 1д 23а День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Соленые огурцы	60	10,26	9,6	0,6	0,1	1,5
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным	90/7	45,22	201,6	12,1	16,2	13,4
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	13,6	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	2,73	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	24,39	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	767	104	839,7	24,25	34,95	102,65
Обед	овощи нат	71	Соленые помидоры	60	10,26	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	7,36	122,4	2,3	5,3	16,4
	2 блюдо	239	Тефтели Рыбные из трески, с соусом сметанным с томатом	90/50	39,64	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 бл	388	Напиток из плодов шиповника	200	5	88,2	0,7	0,3	20,8
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,73	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	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	104	975,4	29,65	32,85	141,05
	Итого за день		Всего за день:	1847	208	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 Миргородская Л.А.
Зав. производством

Утверждено:
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп 27.10.2012 День

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	56,63	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	3	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,73	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	27,3	96,2	4,4	3	6,5
			Итого за прием пищи:	715	104	958,4	42,95	40,25	146,15
Обед	овощи натур	71	Огурцы соленые	60	10,26	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	6,66	217,5	5,6	5,4	17,5
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплятс маслом сливочным	90/9	47,5	217,8	14,1	18,4	15,7
	гарнир	309	Макароны отварные с маслом сливочным	180	9,1	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	2,73	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	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	104	1089,2	36,25	34,15	147,15
	Итого за день		Всего за день:	1754	208	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 Миргородская Л.А.

Зав. производством

Утверждено
Директор



Школа

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

28.12.23

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи натур	71	Соленые огурцы	60	10,26	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	42,51	241,7	14,1	18,4	15,7	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	12,55	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	3	129	4,3	1,65	21,25	
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,73	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	104	1018,2	34,65	39,95	136,95	
Обед	Овощи натур	71	Помидоры соленые	60	10,26	14	0,7	0,1	2,2	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	8,25	102	1,8	5	12,3	
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	90/70	41,47	224	11,6	13,5	13,8	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	180	13,34	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	2,73	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	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	104	932,6	27,25	28,75	140,55
	Итого за день			Всего за день:	1922	208	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 Григорьева Е.М.

Утверждено
Директор



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп 19.11.23 День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастр	14	Масло сливочное	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	гастр	15	Сыр Российский	15	9,18	54	3,5	4,4	0
	блюда из творога	71	Лапшевник с творогом с маслом слив, повидлом	200/7/80	47,88	388,6	17,7	17,3	40,3
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	12,66	113,4	2,9	1,9	20,9
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,73	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	104	937,4	33,05	33,55	121,45
Обед	овощи натур	71	Соленые огурцы	60	10,26	9,6	0,9	0,1	1,5
				250	7,32	115	5,6	4,8	10,2
	1 бл	108	Суп картофельный с клецками	90/9	46,78	343,9	16,5	24,2	14,3
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом	180	9,16	325	11,46	8,12	51,52
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая	200	4,8	77,4	0	0	19,4
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	50	2,73	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
	фрукты		Яблоко свежее	1039	104	1186,3	43,31	39,97	157,07
	Итого за день		Всего за день:	1801	208	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.



Экономист по ценам Миргородская Л.А.

Зав. производством Душарина Е.И.