

пола

МБОУ СОШ № 44

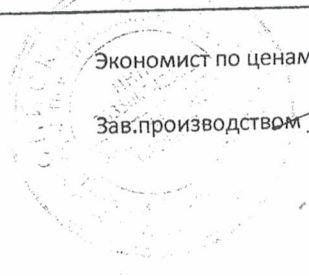
Дата

9.01.2015



| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------------|---------------|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| | гастр | №14 2015 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 9 | 0,08 | 7,2 | 0,1 | 66 |
| | блюда из овощ | № 24 /1994год | ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная | 100 | 8 | 45,2 | 1,3 | 1 | 6,4 |
| завтрак | гор.блюдо | № 210 2015г. | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 135/13 | 39,86 | 285,8 | 13,8 | 24,5 | 2,6 |
| | 3 блюдо | № 379 2015г. | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 6 | 103,5 | 3,1 | 2,4 | 17,2 |
| | хлеб белый | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,85 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| завтрак 2 | фрукты | | Яблоко свежее колиброванное | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 688 | 88,66 | 749,98 | 34,25 | 30,75 | 152,35 |
| Обед | овощи нат | № 71 2015г. | Соленые огурцы | 100 | 4,50 | 9,6 | 0,56 | 0,1 | 1,52 |
| | 1 блюдо | № 82 2015г. | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250/10 | 5,5 | 102 | 1,8 | 5 | 12,3 |
| | 2 блюдо | № 227 2015г. | РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5% | 100/10 | 39,26 | 146 | 17,1 | 8,2 | 0,9 |
| | гарнир | № 310 2015г. | Картофель отварной с маслом сливочным | 200 | 9,60 | 189 | 3,6 | 7,1 | 25,2 |
| | 3 блюдо | № 388 2015г. | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 4 | 88,2 | 0,7 | 0,3 | 20,8 |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,85 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб черн. | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Яблоко свежее колиброванное | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 1120 | 88,66 | 704,20 | 11,91 | 23,45 | 120,87 |
| | | | Итого за день | 2928 | 177,32 | 1454,18 | 46,16 | 54,20 | 273,22 |

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.А. Миргородская Л.А.

Зав.производством Е.В. Ткачкова Е.И.

С.В.В.

Итого

№ 14/2015 *Сборник № 44*

Дата

2015.04.14



Утверждено
2015.04.14

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Жиры | Белки | Углебы | Углеводы |
|------------|------------|-------------------|--|----------|--------|---------|-------|--------|----------|
| | гастр | №14 2015 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 9 | 0,08 | | 0,1 | 66 |
| Завтрак | гор.блюдо | № 204 2015г. | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 220/36/9 | 36,61 | 172,8 | 4,6 | 7,7 | 23,2 |
| | Зблюдо | № 350 2015г. | КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ) | 200 | 8,34 | 110,2 | 0,1 | 0 | 26,9 |
| | хлеб бел | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,46 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,95 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | кисломол. | | БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке | 125 | 27,30 | 96,2 | 4,4 | 3 | 6,5 |
| | | | Итого за прием пищи | | 88,66 | 625,18 | 24,55 | 12,95 | 168,05 |
| Обед | овощи нат | № 71 2015г. | Соленые помидоры | 100 | 4,5 | 14 | 0,7 | 0,1 | 2,2 |
| | 1 блюдо | № 101 2015г. | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой | 250 | 4,31 | 85,2 | 1,7 | 2,7 | 13,3 |
| | 2 блюдо | № 268, 331 2015г. | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом | 100/60 | 42,2 | 343,9 | 16,5 | 24,2 | 14,3 |
| | гарнир | № 302 2015г. | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом | 200 | 6 | 336 | 10,62 | 11,465 | 47,8 |
| | 3 блюдо | № 349 2015г. | Кисель из яблок сушеных | 200 | 5,85 | 110,2 | 0,1 | 0 | 26,9 |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,85 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб черн. | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Яблоко свежее колиброванное | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | | 88,66 | 1204,70 | 38,37 | 41,22 | 137,75 |
| | | | Итого за день | | 177,32 | 1829,88 | 62,92 | 54,17 | 305,80 |

© 2015 год Сборник рецептур 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 *Е.М. Шарова*



Handwritten signature

кола МБОУ СОШ № 44 Дата

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | алюминий | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|---------------|---|----------|---------|----------|-------|--------|----------|
| автрак | гастрон | № 14 2015г. | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 9 | 66 | 0,1 | 7,2 | 0,1 |
| | гастрон | № 15 2015г. | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями) | 15 | 9,18 | 54 | 3,5 | 4,4 | 0 |
| | гор.блюдо | № 224 2015г. | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком сгущенным | 220/80 | 38,68 | 732 | 29,2 | 27,6 | 91,6 |
| | 3 блюдо | № 382 2015г. | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 6 | 134 | 2,9 | 2,5 | 24,8 |
| | хлеб бел | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,85 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,15 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3 | 129 | 4,25 | 1,65 | 21,25 |
| Завтрак 2 | фрукты | | Яблоко свежее колиброванное | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 775 | 88,66 | 1288 | 45 | 44 | 177 |
| Обед | овощи нат | № 71 2015г. | Соленые огурцы | 100 | 4,5 | 12,1 | 0,1 | 0,1 | 1,5 |
| | 1 блюдо | № 88 2015г. | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем | 250 | 8,05 | 83,2 | 2 | 6,1 | 7 |
| | 2 блюдо | № 291 2015г. | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 100/300 | 45,51 | 454 | 25,4 | 14,8 | 54,7 |
| | 3 блюдо | № 349 2015г. | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 4,8 | 77,4 | 0 | 0 | 19,4 |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,85 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб черн. | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3 | 129 | 4,25 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Яблоко свежее колиброванное | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 1100 | 88,66 | 942,10 | 36,30 | 23,75 | 142,75 |
| | | Итого за день | 1875 | 177,32 | 2230,10 | 81,30 | 67,75 | 319,75 | |

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 *Светлана Николаевна Я.И.*



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийнос | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|-----------------|--|----------|--------|------------|-------|----------|
| Завтрак | овощи нат | № 71 2015г. | Соленые огурцы | 100 | 4,50 | 12 | 0,6 | 1,5 |
| | гастрон. | №14 | Масло сливочное "Крестьянское 72,5% | 10 | 9,00 | 66 | 0,1 | 0,1 |
| | гор.блюдо | № 289 2015г. | РАГУ из птицы | 100/300 | 46,36 | 374,1 | 20,6 | 23,1 |
| | 3 блюдо | № 377 2015г. | ЧАЙ с сахаром С ЛИМОНОМ* | 200/15/7 | 3,00 | 49,5 | 0,4 | 11,7 |
| | хлеб бел | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,85 | 116,9 | 3,95 | 24,2 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,00 | 129 | 4,3 | 21,25 |
| Завтрак 2 | фрукты | | Яблоко свежее колиброванное | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 882 | 88,66 | 817,00 | 30,55 | 95,05 |
| Обед | овощи нат | № 71 2015г. | Соленые помидоры | 100 | 4,50 | 12 | 0,1 | 1,9 |
| | 1 блюдо | № 112 2015г. | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем | 250 | 3,30 | 119,1 | 4 | 20,1 |
| | 2 блюдо | № 274 2015г. | ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 100/5 | 42,06 | 202,6 | 11,6 | 13,8 |
| | гарнир | № 312 2015г. | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом | 200 | 9,00 | 191,4 | 3,9 | 22,7 |
| | 3 блюдо | № 388 2015г. | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 4,00 | 88,2 | 0,7 | 20,8 |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,85 | 116,9 | 3,95 | 24,15 |
| | хлеб черн. | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,00 | 129 | 4,25 | 21,25 |
| | фрукты | | Яблоко свежее колиброванное | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 1105 | 88,66 | 916,70 | 29,00 | 137,50 |
| | | | Итого за день | 1987 | 177,32 | 1733,70 | 59,55 | 232,55 |

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 Сергеевна Е.И.