



11.12.2015

ла МБОУ СОШ № 44 Отд./корп

Ием щи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн ость	Белки, г	Жиры	Углеводы
	гастрогони я	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	гастр	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,18	54	3,5	4,4	0
трак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	220/10	22,32	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	3,46	129	4,3	1,65	21,25
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	116,9	3,95	0,5	24,2
	фрукты		ЯБЛОКО свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	705	88,66	731,2	20,25	24,65	105,45
	овощи натур	71	Соленые огурцы	100	4,5	12	0,1	0,1	1,9
эд	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5,85	91	3	4,2	10,2
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	100/80	41,71	268	12,8	14,3	16,8
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	200	6	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	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		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:	1190	88,66	1133,6	35,55	33,05	163,95
	Итого за день		Всего за день:	1895	177,32	1864,8	55,8	57,7	269,4

15 год Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. и
огильный М.П.

Экономист по ценам Миргородская Л.А.
Зав.производством



ла

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

День

12.12.15

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	9,6	0,1	1,9
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из трески) с маслом сливочным	100/8	39,96	222,4	12,1	13,4
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	13,6	202	2,5	0,5
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	21,25
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	838	88,66	860,5	23,75	103,05
				100	4,5	12	0,1	1,9
	Обед	овощи нат	71	Соленые огурцы				
1 блюдо		96	Рассольник Ленинградский	250	7,18	122,4	2,3	16,4
2 блюдо		239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	100/60	28,98	244	13,2	18,8
гарнир		312	Картофельное пюре с маслом сливочным	200	13,4	191,4	3,9	22,7
3 блюдо		388	Напиток из плодов шиповника	200	8,8	88,2	0,7	20,8
хлеб			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	24,2
хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	21,25
фрукты			Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	1160	88,66	973,4	29,05	140,75
Итого за день			Всего за день:	1998	177,32	1833,9	52,8	243,8

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

Экономист по ценам Л.А. Миргородская Л.А.

Зав. производством Е.И. Шевцова Е.И.



ла

МБОУ СОШ № 44

Отд./корп

г. Ставрополя

15.12.2015

Ием ищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн ность	Белки в 100г	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 сливочным	220/8/80	38,68	388,6	17,7	17,3	40,3
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	6	113,4	2,9	1,9	20,9
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
					50	2,85	116,9	3,95	0,5
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	782	88,66	937,4	33,05	33,55	121,45
Обед	овощи натур	71	Соленые огурцы	100	4,5	12	0,1	0,1	1,9
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	250	4,66	115	5,6	4,8	10,2
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным	100/10	45,4	343,9	16,5	24,2	14,3
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	200	3,5	268	7,1	10,1	40,3
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		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:	1110	88,66	1131,7	38,15	41,95	146,25
	Итого за день		Всего за день:	1892	177,32	2069,1	71,2	75,5	267,7

15 год Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Тутельян В.А. и
М.П.

Экономист по ценам *Л.А. Миргородская* Л.А.

Зав. производством *Е.М. Сафаров* Е.М.

