



Школа ИВБОУ СОШ № 44

Отд./корп _____

День 13.11.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	гастрогомия	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1	
	гастроном	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9	54	3,5	4,4	0	
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	220/10	24,16	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	2,85	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	
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	7,35	12	0,1	0,1	1,9	
	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	38,86	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	1895	177,32	1864,8	55,8	57,7	269,4

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

Зав.производством Л.А. Миргородская
 Экономист по ценам Л.А. Миргородская





Школа СШСОШ № 44

Отд./корп _____

День 11.11.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	14,7	9,6	0,1	0,1	1,9
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным	100/8	29,4	222,4	12,1	16,2	13,4
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	13,52	202	2,5	15,7	0,5
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
	хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,29	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:	838	88,66	860,5	23,75	34,95	103,05
Обед	овощи нат	71	Овощи натуральные огурцы	100	7,35	12	0,1	0,1	1,9
	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	100/60	28,31	244	13,2	12,9	18,8
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	200	13,4	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	88,2	0,7	0,3	20,8
	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:	1160	88,66	973,4	29,05	32,85	140,75
			Итого за день	1998	177,32	1833,9	52,8	67,8	243,8

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

Зав. производством Л.А. Миргородская
 Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено

Директор МБОУ СОШ № 44

г. Ставрополя

День 15.11.15

Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши молочн	222	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	220/80	40,61	535	27,3	25,4	69,3
		382	Какао с молоком	200	6	134	2,9	2,5	24,8
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
гастроном	№ 14		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
			БИОИГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	27,3	96,2	4,4	3	6,5
			Итого за прием пищи:	735	88,66	1077,1	42,95	40,25	146,15
Обед	овощи свеж	71	Огурцы свежие	100	7,35	12	0,1	0,1	1,9
		102	Суп картофельный с бобовыми	250	6,6	217,5	5,6	5,4	17,5
		295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным	100/10	39,11	217,8	14,1	18,4	15,7
		309	Макароны отварные с маслом сливочным	200	5	246,8	6,9	7,3	25,2
		342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,3	1,65	21,25
			Яблоко свежее калиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	1110	88,66	1120,6	35,75	34,15	147,55
			Итого за день		Всего за день:	1845	177,32	2197,7	78,7

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тугельян В.А. и Могильный М.П.

Зав.производством Л.А. Миргородская
 Экономист по ценам Л.А. Миргородская





Утверждено

Директор

г. Ставрополя

День 16.11.2015

Школа № 44

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи свежие	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	7,35	12	0,1	0,1	1,9
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер цыплят с соусом сметанным с томатом	100/80	36,61	241,7	14,1	18,4	15,7
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	200	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	3	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	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:	962	88,66	1020,6	34,15	39,95	137,35
Обед	Овощи натур	71	Помидоры свежие	100	4	12	0,1	0,1	1,9
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	5,5	102	1,8	5	12,3
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	100/80	39,76	224	11,6	13,5	13,8
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	200	9,6	189	3,6	7,1	25,2
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	88,2	0,7	0,3	26,9
	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:	1140	88,66	930,6	26,65	28,75	140,25
			Всего за день:	2102	177,32	1951,2	60,8	68,7	277,6

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.

Зав. производством Миргородская Л.А.

Экономист по ценам Л.А. Миргородская



