



Утвержден  
Директор



МБОУ СОШ № 44

г. Ставрополя

День

15.11.2014

Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп                     

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Углеводы	
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	220/20	10	208,9	6,6	27,9	
				10	8	75	0,1	0,1	
	гастрономия	№ 14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	15	9	54,5	3,5	0	
				№ 15	СЫР РОССИЙСКИЙ	30	1,5	58,7	2
	хлеб ржан			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1	211,2	4,2	47,7
	Хлеб пшен			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200/15/7	4	59,9	0,3	14,7
	3 блюдо	377		Чай с сахаром и лимоном	200	5	73	0,7	14,7
фрукты			ЯБЛОКО СЕЗОННОЕ КАЛИБРОВАННОЕ 1 шт.	200	38,5	574,2	16,3	79,1	
			Итого за прием пищи:	752	4,5	13,6	0,8	2,4	
Обед	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	5	84,7	1,8	4,3	
				99	25,85	206,3	12,6	12,2	
	1 блюдо	278	Тефтели рубленые из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	100/60	5	301,8	10,2	8,3	
				180	4,15	108,5	0,2	0,2	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	200	1	116,9	4	0,5	
				346	50	1	116,9	4	0,5
	3 блюдо	346	Компот из свежих яблок	50	1,5	129,00	4,3	1,65	
				50	1,5	129,00	4,3	1,65	
	хлеб пшен			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,5	129,00	4,3	1,65
	хлеб ржан			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129,00	4,3	1,65
			Итого за прием пищи:	1000	47	1030,4	33,1	26,1	
			Итого за день	1752	85,5	1604,6	49,4	47,6	

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

*Людмила Миргородская*



Школа № 44 Отд./корп           

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	бл. из творога	188	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	220/80	31	647,5	18,8	20,3	98,1
	зблюдо	382	Какао с молоком	200	5	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	580	38,5	1051,3	27,8	23,6	182,5
			Итого за прием пищи:	580	4,5	19,7	1	0,2	3,5
				100					
Обед	овощи натур	71	Соленые помидоры	250	4,4	114,7	2,1	5,2	14,9
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	100\10	25,1	191,2	13	10,6	11
	2 блюдо	229	Рыба Минтай, припущенная с маслом сливочным	180	6,5	217,8	3,9	11,5	22,7
	гарнир	128	Картофельное пюре	200	4	169,2	3,7	6,5	24,4
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	940	47	913,3	28,1	23,8	147,1
			Итого за прием пищи:	1520	85,5	1964,6	55,9	47,4	329,6
			Итого за день						

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 *Елена Гаврилова Л.М.*





Утверждено  
 Директор МБОУ СОШ № 44  
 г. Ставрополя



17.01.2011

ла МБОУ СОШ № 44 Отд./корп

и ем ищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
				15	9	54,5	3,5	4,5	0,0
	гастроном	15	Сыр Российский	10	9	75	0,1	8,3	0,1
	гастроном	14	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	220/20	13	296,3	6	7,2	52
автрак	Каши молочн	222	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200	5	97,9	2,9	2,1	16,7
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	545	38,5	793,5	18,6	22,8	128,4
			Итого за прием пищи:	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4
	овощи нат	71	Соленые огурцы	250	3,6	131,7	4,8	5,4	16,1
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	100/10	27,4	287,8	15,7	193,5	12,5
	2 блюдо	295	Биточки рубленые из филе птицы с маслом сливочным	180	5	200	6,5	0,8	41,7
	гарнир	203	Макароны отварные	200	4	115	0,2	0,1	27,8
	3 блюдо	342	Компот из свежих яблок	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	920	47	1058,2	35,2	26,8	168,8
			Итого за прием пищи:	1485	85,5	1851,7	49,7	49,6	296,9
			Итого за день						

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 Шеварова Е.М.

Утверждено МБОУ СОШ № 44  
 Директор \_\_\_\_\_  
 г. Ставрополя



Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп \_\_\_\_\_

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4
	2 блюдо	295	Голубцы любительские с соусом сметан/томатным	100/60	20,44	154,3	8,8	7,7	13,3
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,06	273,2	7,9	6,5	46
	3 блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	0	29,8
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
Обед	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	200	5	94	0,8	0,8	19,6
			Итого за прием пищи:	920	38,5	786,5	24,9	15,9	170,7
	овощи нат	71	Соленые помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	4,2	111,3	4	6,3	11,7
	2 блюдо	292	Птица тушенная в соусе с овощами	100/300	31,8	141,9	10,2	7,8	7,7
	3 блюдо	350	Напиток из плодов шиповника	200	4	103	0,7	0,3	24,4
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8
			Итого за прием пищи:	940	47	691,5	23,5	15,6	116,3
Итого за день				1860	85,5	1478	48,4	31,5	287

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 Дев. Захарова Е.М.





Школа № 44 Отд./корп                     

Л.А. Миргородская

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
завтрак	овощи нат	70	Соленые помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5	
	2 блюдо	234	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/50	21,1	146	12,8	7,3	10,4	
			Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,4	167,9	3,3	5,7	25,9	
	гарнир	125	Напиток из плодов шиповника	200	4	103	0,7	0,3	24,4	
	3 блюдо		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9	
	хлеб ржан		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
	хлеб		Итого за прием пищи:	712	38,5	706,5	24	14,4	123,8	
Обед	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	13,6	0,8	0,1	2,4	
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клецками	250	4,15	139,3	3,6	5	20	
			Биточки из рубленные из говядины с маслом сливочным	100/10	27,85	260	15,1	15,6	16,3	
	2 блюдо	268	Каша гречневая рассыпчатая	180	5	300,8	10,2	8,3	46,4	
	гарнир	171	Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	0	24,8	
	3 блюдо	349	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8	
	хлеб		Итого за прием пищи:	900	47	1144,2	37,4	30	182,9	
	Итого за день				1610	85,5	1850,7	61,4	44,4	306,7

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