



23.01.2015

кола МБОУ СОШ № 44 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
автрак			Омлет натуральный с маслом сливочным	135/13	14,16	243,9	12,4	20,5	2,3	
	горячее	210		100	6,84	119	1,9	8,9	7,7	
	закуска	Табл № 24 /1994	Икра кабачковая (консервирован)	200	5	97,7	2,9	2,1	16,7	
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	30	1,5	70,1	2	0,3	12,7	
	хлеб ржан		Хлеб ржаной	50	1	116,9	4	0,5	24,2	
	хлеб пшен		Хлеб пшеничный	200	10	94	0,8	0,8	19,6	
фрукты			Яблоко сезонное калиброванное	200						
			Итого за прием пищи:	728	38,5	741,6	24	33,1	83,2	
Обед	овощи натур	71	Соленые помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	4,2	97,6	1,7	5	11,4	
	2 блюдо	227	Рыба Минтай припущенная с маслом сливочным	100/10	25,4	239,3	18	16,9	3,8	
	гарнир	125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,4	167,9	3,3	5,7	25,9	
	3 блюдо	388	Напиток из 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 день	940	47	873,9	33,1	30,25	114,85
					1668	85,5	1615,5	57,1	63,35	197,65

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 Л.А. Миргородская



№ ола МБОУ СОШ № 44 Отд./корп

День 24.01.2014

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
	гастрон	14	Масло сливочное "Крестьянское"	10	9	75	0,1	8,5	0,1
	гастрон	15	Сыр Российский	15	9,18	54,5	3,5	4,5	0
	горячее	204	Макароны запеченные с сыром и маслом сливочным	200/36/10	10,32	228,5	7,9	10,4	25,7
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	3	97,9	2,9	2,1	16,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
			Хлеб ржаной	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
			Итого за прием пищи	641	38,5	739,4	21,4	26,4	104,5
				100	4	13,6	0,8	0,1	2,4
	Обед	овощи натур	71	Соленые огурцы	250	4,5	108,7	2,3	2,8
1 блюдо		101	Суп картофельный с рисовой крупой	100/60	28,5	260	15,1	15,6	16,3
2 блюдо		250	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	180	4,5	300,8	10,2	8,3	46,4
гарнир		171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	200	3	120,5	0,4	0	29,8
3 блюдо		352	Компот из смеси сухофруктов	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	990	47	1112,6	182,5	27,8	181
			Итого за день	1631	85,5	1852	288,6	54,2	285,5

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



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



Школа № 100101 @ coll N 44

Отд./корп

День 25.01.2011

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гастр	14	Масло сливочное крестьянское	10	9	75	0,1	8,3	0,1
Завтрак	творожен	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	22	209,8	11,6	11	17,2
	3 блюдо	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
			Итого за прием пищи:	580	38,5	688,70	20,8	22,2	139
				100	4,5	19,7	1	0,2	3,5
Обед	овощи натур	70	Соленые помидоры	250	4	80	2,8	4,1	7,6
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	100/300	31	327	19,2	21	15,4
	2 блюдо	291	Плов из птицы	200	5	108,5	0,2	0,2	26,7
	3 блюдо	344	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	950	47	844,2	30,7	46,3	120,7
			Итого за прием пищи:	1540	85,5	1532,90	51,5	68,5	259,7
			Итого за день						

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 Елена Саварева Л.В.



Школа № 44

Отд./корп

день 26.01.24

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	24
	горячее	289	Рагу из мяса птицы	100/280	20,2	490,2	29,7	33,4	17,4
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	2,8	120,5	0,4	0	29,8
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	фрукты свежие		Фрукты свежие (яблоко)	200	8,5	73	0,7	0,7	14,7
			Итого за прием пищи:	860	38,5	967,2	37,8	35	145,5
Обед	овощи натур	71	Соленые помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5
	1 блюдо	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	3,5	117	2,4	5,1	13
	2 блюдо	274	ЗРАЗЫ рубленные из говядины с маслом сливочным	100/5	26	225,3	14,4	15,5	8,5
	гарнир	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	6,5	169,2	3,7	6,5	24,4
	3 блюдо	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	4	103	0,7	0,4	49,2
	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:	935	47	943,2	29,7	28,7	166,1
			Итого за день	1795	85,5	1910,4	67,5	63,7	311,6

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