

Утверждено  
Директор



Детей: 238

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Белки	Углеводы
	гастроном	14	Масло сливочное "Крестьянское"	10	8,90	75	0,1	8,5	0,1
	гастроном	15	Сыр Российский	15	9,00	54,50	3,5	4,5	0,0
Завтрак	Каша молочн	174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным "Крестьянское 72,5%	220/20	14,10	296,30	6	7,2	52
	3 блюдо	307	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4,00	65	0,1	0,2	15,9
	хлеб ржан		Хлеб ржаной	30	1,50	58,70	2,00	0,40	11,90
	хлеб пшен		Хлеб пшеничный	50	1,00	211,2	4,2	0,4	47,7
			Итого за прием пищи	567	38,50	759,30	15,70	20,70	127,50
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные огурцы	100	4	13,60	0,80	0,10	2,40
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	131,70	4,80	5,40	16,10
	2 блюдо	294	Котлеты рубленные из птицы с маслом сливочным	100/5	26,1	287,80	15,70	19,50	12,50
	гарнир	321	Капуста тушеная	180	6	165,20	4,00	8,80	17,60
	3 блюдо	349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	120,50	0,40	0,00	29,80
	хлеб пшен		Хлеб пшеничный	50	1	211,20	4,20	0,40	47,70
	хлеб ржан		Хлеб ржаной	50	1,5	97,80	3,30	0,60	19,80
			Итого за день	935	47	904,2	30,1	34,3	118,8
				1502	85,5	1663,6	45,9	55	1663,6

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

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

Зав.производством Екат. Цивилова Е.И.

Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено  
Директор



День 12.03.2015

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	горячее	210	Омлет натуральный с маслом сливочным	135/13	14,16	243,9	12,4	20,5	2,3	
	закуска	Табл № 24 /1994	Икра кабачковая (консервирован)	100	6,84	119	1,9	8,9	7,7	
			Кофейный напиток с молоком	200	5	97,7	2,9	2,1	16,7	
	3 блюдо	379	Хлеб ржаной	30	1,5	70,1	2	0,3	12,7	
	хлеб ржан		Хлеб пшеничный	50	1	116,9	4	0,5	24,2	
	хлеб пшен		Яблоко сезонное калиброванное	200	10	94	0,8	0,8	19,6	
	фрукты		Итого за прием пищи:	728	38,5	741,6	24	33,1	83,2	
	Обед	овощи натур	71	Овощи натуральн свежие помидоры	100	4	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
			Рыба Минтай припущенная с маслом сливочным	100/10	25,9	239,3	18	16,9	3,8	
2 блюдо		227	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,4	167,9	3,3	5,7	25,9	
гарнир		125	Напиток из шиповника	200	4	103	0,7	0,3	24,4	
3 блюдо		388	Хлеб пшеничный	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7	
хлеб пшен			Хлеб ржаной	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8	
хлеб ржан			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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

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

Зав.производством

*Елена Миргородская*

Экономист по ценам

*Л.А. Миргородская*



Утверждено  
Директор



МБОУ СОШ № 44  
г. Ставрополя

День 25.10.2017

Школа МБОУ СОШ № 44 Отд./корп                     

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие	100	4	13,6	0,8	0,1	2,4	
	гастроном	14	Масло сливочное "Крестьянское"	10	8	75	0,1	8,5	0,1	
	гастон	15	Сыр Российский	15	8	54,5	3,5	4,5	0	
	горячее	204	Макароны запеченные с сыром и маслом сливочным	200/36/10	12	228,5	7,9	10,4	25,7	
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	4	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	
	Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие	100	4	13,6	0,8	0,1	2,4
		1 блюдо	101	Суп картофельный с рисовой крупой	250	4	108,7	2,3	2,8	18,6
2 блюдо		250	Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	100/60	28,5	260	15,1	15,6	16,3	
гарнир		171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	5	300,8	10,2	8,3	46,4	
3 блюдо		352	Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	0	29,8	
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	990	47	1112,6	182,5	27,8	181	
				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.

Зав.производством  
Экономист по ценам

*Л.А. Миргородская*  
Л.А. Миргородская



Утверждено  
Директор



День 26.10.2015

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гастр	14	Масло сливочное крестьянское	10	8,9	75	0,1	8,3	0,1
Завтрак	творожен	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	220/80	22,1	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
Обед	овощи натур	70	Овощи натуральные свежие помидоры	100	4	19,7	1	0,2	3,5
				250	4,5	80	2,8	4,1	7,6
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем						
	2 блюдо	291	Плов из птицы	100/300	31	327	19,2	21	15,4
	3 блюдо	344	Компот из свежих яблок	200	5	108,5	0,2	0,2	26,7
	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:	950	47	844,2	30,7	46,3	120,7
			Итого за день	1540	85,5	1532,90	51,5	68,5	259,7

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

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

Зав.производством Сидорова Е.М.

Экономист по ценам Д.А. Миргородская



Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 44  
г. Ставрополя



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

День 27.10.2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	4	13,6	0,8	0,1	24	
		горячее	289	Рагу из мяса птицы	100/280	22,2	490,2	29,7	33,4	17,4
	3 блюдо		349	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	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	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	Овощи натуральные свежие помидоры	100	4	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	26,5	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.

Зав.производством Светлана Шарова Л.М.  
Экономист по ценам Л.А. Миргородская

