

1-4 класс



Утверждаю
Директор

Школа

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	№ 71 2015г.	Свежие огурцы	60	5,00	9,6	0,6	0,1	1,5
	гастрон.	№14	Масло сливочное "Крестьянское 72,5%	10	9,00	66	0,1	7,2	0,1
	гор.блюдо	№ 289 2015г.	РАГУ из птицы	90/270	36,27	320,6	20,6	16,5	23,1
	3 блюдо	№ 377 2015г.	ЧАЙ с сахаром и лимоном	200/15/7	4,00	49,5	0,4	0	11,7
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,50	129	4,3	1,65	21,25
Завтрак 2	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	902	76,72	761,10	30,55	26,55	95,05
Обед	овощи нат	№ 71 2015г.	Свежие помидоры	60	5,00	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	№ 112 2015г.	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	250	4,00	119,1	4	2,9	20,1
	2 блюдо	№ 274 2015г.	ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/5	32,27	202,6	11,6	13,5	13,8
	гарнир	№ 312 2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180	8,00	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	5,00	88,2	0,7	0,3	20,8
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,50	129	4,25	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	1035	76,72	930,70	29,70	31,05	139,70
			Итого за день	1937	153,44	1691,80	60,25	57,60	234,75

2015 год Сборник рецептур 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 _____

Утверждено
Директор



СШ № 32
День

Школа № 32 СОШ № 32 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	овощи нат	№ 71 2015г.	Свежие огурцы	100	4,50	12	0,6	0,1	1,5
	гастрон.	№14	Масло сливочное "Крестьянское 72,5%	10	9,00	66	0,1	7,2	0,1
	гор.блюдо	№ 289 2015г.	РАГУ из птицы	100/300	46,36	374,1	20,6	16,5	23,1
	3 блюдо	№ 377 2015г.	ЧАЙ с сахаром С ЛИМОНОМ*	200/15/7	3,00	49,5	0,4	0	11,7
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	129	4,3	1,65	21,25
Завтрак 2	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	882	88,66	817,00	30,55	26,55	95,05
Обед	овощи нат	№ 71 2015г.	Свежие помидоры	100	4,50	12	0,1	0,1	1,9
	1 блюдо	№ 112 2015г.	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	250	3,30	119,1	4	2,9	20,1
	2 блюдо	№ 274 2015г.	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	100/5	42,06	202,6	11,6	13,5	13,8
	гарнир	№ 312 2015г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом	200	9,00	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	4,00	88,2	0,7	0,3	20,8
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	129	4,25	1,65	21,25
	фрукты		Яблоко свежее колиброванное	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	1105	88,66	916,70	29,00	31,05	137,50
			Итого за день	1987	177,32	1733,70	59,55	57,60	232,55

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 _____

5-11 классы

Утверждено
Директор _____



Школа №1004 СВЦ №2 Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Свежие 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	10	73	0,7	0,7	14,7
			Итого за прием пищи:	860	40	967,2	37,8	35	145,5
Обед	овощи натур	71	Свежие 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	28	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	49	943,2	29,7	28,7	166,1
			Итого за день	1795	89	1910,4	67,5	63,7	311,6

2015 год Сборник рецептур 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 _____

1-4 класс

Утверждаю
ДиректорШкола МБОУ СОШ №32 Отд./корп

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	овощи нат	70	Свежие помидоры	60	4,50	14	0,7	0,1	2,2	
	1 блюдо	№ 112 2015г.	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем	250	3,50	119,1	4	2,9	20,1	
	2 блюдо	№ 274 2015г.	ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	90/5	28,00	202,6	11,6	13,5	13,8	
			КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом	180	6,50	191,4	3,9	11,5	22,7	
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	4,00	88,2	0,7	0,3	20,8	
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,15	
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,50	129	4,25	1,65	21,25	
			Итого за прием пищи	895	49,00	861,20	29,10	30,45	125,00	
	Полдник	гастрон.	№14	Масло сливочное "Крестьянское 72,5%	10	9,31	66	0,1	7,2	0,1
		гор.блюдо	218	Вареники ленивые отварные с молоком сгущеным	200/40	24,19	384,7	25,7	13,8	39,3
3 блюдо		№ 377 2015г.	ЧАЙ с сахаром С ЛИМОНОМ*	200/15/7	4,00	49,5	0,4	0	11,7	
хлеб бел			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,00	116,9	3,95	0,5	24,2	
хлеб ржан			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,50	129	4,3	1,65	21,25	
			Итого за прием пищи	572	40,00	746,10	34,45	23,15	96,55	
			Итого за день	1467	89,00	1607,30	63,55	53,60	221,55	

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 _____