

Утверждено  
Директор



*Ирина Салунцова Ю.И.*  
День *08.09*

Школа

*19*

Отд./корп

*14*

День

*08.09*

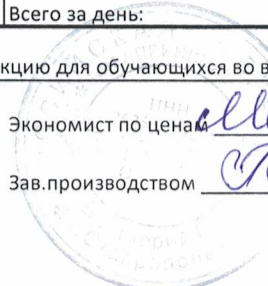
| Прием пищи    | Раздел      | № рец.               | Блюдо   | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры   | Углеводы |
|---------------|-------------|----------------------|---|----------|--------|--------------|-------|--------|----------|
|               | гастрономия | № 14 2015            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%                                    | 10       | 9      | 66           | 0,1   | 7,2    | 0,1      |
|               | гастроном   | № 15 2015г.          | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)   | 15       | 9,18   | 54           | 3,5   | 4,4    | 0        |
| Завтрак       | каши молочн | 173                  | Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным                | 200/10   | 20,75  | 212,4        | 6,8   | 10,1   | 25,6     |
|               | 3 блюдо     |                      | СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно-виноградный, мультифрукт) | 200      | 15,34  | 83,4         | 1     | 0,2    | 19,6     |
|               | хлеб        |                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50       | 1,5    | 129          | 4,3   | 1,65   | 21,25    |
|               | Хлеб        |                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50       | 1      | 116,9        | 3,95  | 0,5    | 24,2     |
| Обед          | фрукты      |                      | ЯБЛОКО свежее   | 150      | 19,95  | 69,5         | 0,6   | 0,6    | 14,7     |
|               |             |                      | Итого за прием пищи:  | 685      | 76,72  | 731,2        | 20,25 | 24,65  | 105,45   |
|               | овощи натур | 71                   | Свежие огурцы   | 60       | 5      | 9,6          | 0,6   | 0,1    | 1,5      |
|               | 1 блюдо     | 99                   | Суп из овощей со сметаной   | 250/10   | 6      | 91           | 3     | 4,2    | 10,2     |
|               | 2 блюдо     | 278/331              | Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом                   | 90/70    | 32,47  | 268          | 12,8  | 14,3   | 16,8     |
|               | гарнир      | 171                  | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным                           | 180      | 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       | 1      | 116,9        | 3,95  | 0,5    | 24,2     |
|               | хлеб        |                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50       | 1,5    | 129          | 4,3   | 1,65   | 21,25    |
|               | фрукты      |                      | ЯБЛОКО свежее   | 150      | 19,95  | 69,5         | 0,6   | 0,6    | 14,7     |
|               |             | Итого за прием пищи: | 1110  | 76,72    | 1131,2 | 36,05        | 33,05 | 163,55 |          |
| Итого за день |             |                      | Всего за день:  | 1795     | 153,44 | 1862,4       | 56,3  | 57,7   | 269      |

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

Экономист по ценам *Л.А. Миргородская* Миргородская Л.А.

Зав.производством

*Ирина Салунцова Ю.И.*



Утверждено  
 Директор *Самунова В.И.*



Школа 19 Отд./корп ЛБ? День 08.09

| Прием пищи    | Раздел      | № рец.               | Блюдо   | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------|-------------|----------------------|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед          | овощи натур | 70                   | Свежие огурцы   | 60       | 4,5    | 9,6          | 0,6   | 0,1   | 1,5      |
|               | 1 блюдо     | 99                   | Суп из овощей со сметаной                             | 250/10   | 4,5    | 91           | 3     | 4,2   | 10,2     |
|               | 2 блюдо     | 278/331              | Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом | 90/70    | 28,5   | 268          | 12,8  | 14,3  | 16,8     |
| Полдник       | гарнир      | 171                  | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным         | 180      | 5      | 336,1        | 10,6  | 11,5  | 47,8     |
|               | 3 блюдо     | 342                  | Компот из сухофруктов                                 | 200      | 4      | 111,1        | 0,2   | 0,2   | 27,1     |
|               | хлеб        |                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50       | 1      | 116,9        | 3,95  | 0,5   | 24,2     |
|               | хлеб        |                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50       | 1,5    | 129          | 4,3   | 1,65  | 21,25    |
|               |             |                      | Итого за прием пищи:                                  | 1110     | 49     | 1061,7       | 35,45 | 32,45 | 148,85   |
|               | гастрономия | № 14 2015            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%                  | 10       | 9,31   | 66           | 0,1   | 7,2   | 0,1      |
|               | горячее     | 204                  | Макароны отварные с маслом сливочным                  | 197/8/32 | 23,19  | 267,5        | 10,8  | 12    | 27,2     |
|               | 3 блюдо     | 379                  | Кофейный напиток с молоком                            | 200      | 5      | 103,5        | 3,1   | 2,4   | 17,2     |
|               | хлеб        |                      | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50       | 1,5    | 129          | 4,3   | 1,65  | 21,25    |
|               | Хлеб        |                      | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50       | 1      | 116,9        | 3,95  | 0,5   | 24,2     |
|               |             | Итого за прием пищи: | 547   | 40       | 682,9  | 22,25        | 23,75 | 89,95 |          |
| Итого за день |             | Всего за день:       | 1795  | 89       | 1744,6 | 57,7         | 56,2  | 238,8 |          |

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 *Мухомов А.Н.*



Утверждено  
Директор



День

03.04

Школа

19

Отд./корп

3-11

| Прием пищи | Раздел   | № рец. | Блюдо  | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--|--------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | каши молочн  | 173    | Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным       | 220/20   | 10,5  | 208,9        | 6,6   | 7,9  | 27,9     |
|            | гастрономия  | № 14   | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%                           | 10       | 9     | 75           | 0,1   | 8,3  | 0,1      |
|            | гастрономия  | № 15   | СЫР РОССИЙСКИЙ   | 15       | 9     | 54,5         | 3,5   | 4,5  | 0        |
|            | 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     |
|            | 3 блюдо  | 377    | Чай с сахаром и лимоном  | 200/15/7 | 4     | 59,9         | 0,3   | 0,7  | 14,7     |
|            | фрукты   |        | ЯБЛОКО СЕЗОННОЕ КАЛИБРОВАННОЕ 1 шт.                            | 200      | 5     | 73           | 0,7   | 0,7  | 14,7     |
|            |  |        | Итого за прием пищи:   | 752      | 40    | 574,2        | 16,3  | 21,5 | 79,1     |
| Обед       | овощи нат  | 71     | Свежие огурцы  | 100      | 4,5   | 13,6         | 0,8   | 0,1  | 2,4      |
|            | 1 блюдо  | 99     | Суп из овощей со сметаной                                      | 250/10   | 5     | 84,7         | 1,8   | 4,3  | 9,9      |
|            | 2 блюдо  | 278    | Тефтели рубленые из мяса говядины с соусом сметанный с томатом | 100/60   | 27,85 | 206,3        | 12,6  | 12,2 | 12,8     |
|            | гарнир   | 171    | Каша гречневая рассыпчатая                                     | 180      | 5     | 301,8        | 10,2  | 8,3  | 46,5     |
|            | 3 блюдо  | 346    | Компот из свежих яблок   | 200      | 4,15  | 108,5        | 0,2   | 0,2  | 26,7     |
|            | хлеб пшен  |        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 50       | 1     | 116,9        | 4     | 0,5  | 24,2     |
|            | хлеб ржан  |        | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 50       | 1,5   | 129,00       | 4,3   | 1,65 | 21,3     |
|            |  |        | Итого за прием пищи:   | 1000     | 49    | 1030,4       | 33,1  | 26,1 | 167,3    |
|            |  |        | Итого за день  | 1752     | 89    | 1604,6       | 49,4  | 47,6 | 246,5    |
|            | 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



Санукова В.И.

Утверждено  
Директор



*В.И. Савинова*  
13.11.  
13.11.15

День 08.09

Школа 119 Отд./корп С/В

| Прием пищи | Раздел        | № рец.      | Блюдо   | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------------|-------------|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
|            | гастрономия   | № 14 2015   | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%                                    | 10       | 9      | 66           | 0,1   | 7,2   | 0,1      |
|            | гастр         | № 15 2015г. | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)   | 15       | 9,18   | 54           | 3,5   | 4,4   | 0        |
| Завтрак    | каши молочн   | 173         | Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным                | 220/10   | 22,32  | 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       | 3,46   | 129          | 4,3   | 1,65  | 21,25    |
|            | Хлеб          |             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  | 50       | 3,95   | 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          | Свежие огурцы   | 100      | 4,5    | 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   | 41,71  | 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 |             | Всего за день:  | 1895     | 177,32 | 1864,8       | 55,8  | 57,7  | 269,4    |

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 *Ю.И. Шупова*

