

Утверждено  
 Директор *С.И. Сапунова В.И.*



Школа

*19*

Отд./корп

*1-4*

День

*12.04*

| Прием пищи | Раздел           | № рец. | Блюдо  | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|------------------|--------|--|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гастр            | 14     | Масло сливочное                              | 10       | 9      | 66           | 0,1   | 7,2   | 0,1      |
|            | гастр            | 15     | Сыр Российский                               | 15       | 9,18   | 54           | 3,5   | 4,4   | 0        |
|            | блюда из творога | 71     | Лапшевник с творогом с маслом слив, повидлом | 200/7/80 | 30,36  | 388,6        | 17,7  | 17,3  | 40,3     |
|            | 3 блюдо          | 379    | Кофейный напиток с молоком                   | 200      | 5,73   | 113,4        | 2,9   | 1,9   | 20,9     |
|            | хлеб ржан        |        | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 50       | 1,5    | 129          | 4,3   | 1,65  | 21,25    |
|            | хлеб пшен        |        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 50       | 1      | 116,9        | 3,95  | 0,5   | 24,2     |
|            | фрукты           |        | Яблоко свежее                                | 150      | 19,95  | 69,5         | 0,6   | 0,6   | 14,7     |
|            |                  |        | Итого за прием пищи:                         | 762      | 76,72  | 937,4        | 33,05 | 33,55 | 121,45   |
|            |                  |        |  |          |        |              |       |       |          |
| Обед       | овощи натур      | 71     | Свежие огурцы                                | 60       | 5      | 9,6          | 0,9   | 0,1   | 1,5      |
|            |                  |        |  | 250      | 6      | 115          | 5,6   | 4,8   | 10,2     |
|            | 1 бл             | 108    | Суп картофельный с клецками                  |          |        |              |       |       |          |
|            | 2 блюдо          | 268    | Биточки из говядины с маслом сливочн         | 90/9     | 34,47  | 343,9        | 16,5  | 24,2  | 14,3     |
|            | гарнир           | 171    | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом          | 180      | 4      | 325          | 11,46 | 8,12  | 51,52    |
|            | 3 блюдо          | 349    | Компот из смеси сухофруктов                  | 200      | 4,8    | 77,4         | 0     | 0     | 19,4     |
|            | 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:                         | 1039     | 76,72  | 1186,3       | 43,31 | 39,97 | 157,07   |
|            | Итого за день    |        | Всего за день:                               | 1801     | 153,44 | 2123,7       | 76,36 | 73,52 | 278,52   |

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

Экономист по ценам *С.И. Сапунова* Миргородская Л.А.

Зав. производством

*А.И. Муромов*

Утверждено  
 Директор *М.М. Копылова В.М.*

Школа 19 Отд./корд 267 День 18.04



| Прием пищи    | Раздел        | № рец. | Блюдо  | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------|---------------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед          | овощи натур   | 71     | Свежие огурцы  | 60       | 4,5   | 9,6          | 0,9   | 0,1   | 1,5      |
|               | 1 блюдо       | 108    | Суп картофельный с клецками                              | 250      | 4,16  | 115          | 5,6   | 4,8   | 10,2     |
|               | 2 блюдо       | 268    | Биточки из говядины с маслом сливочным                   | 90/9     | 29,34 | 343,9        | 16,5  | 24,2  | 14,3     |
|               | гарнир        | 171    | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным            | 180      | 4,5   | 325          | 11,46 | 8,12  | 51,52    |
|               | 3 блюдо       | 349    | Компот из смеси сухофруктов                              | 200      | 4     | 77,4         | 0     | 0     | 19,4     |
|               | 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:                                     | 889      | 49    | 1116,8       | 42,71 | 39,37 | 142,37   |
| Полдник       | гастр         | 14     | Масло сливочное  | 10       | 9,31  | 66           | 0,1   | 7,2   | 0,1      |
|               | Молочная каша | 182    | Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным | 200/10   | 21,05 | 212,4        | 6,8   | 10,1  | 25,6     |
|               | 3 блюдо       | 382    | Какао с молоком  | 200      | 7,14  | 134          | 2,9   | 2,5   | 24,8     |
|               | хлеб ржан     |        | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 50       | 1,5   | 129          | 4,3   | 1,65  | 21,25    |
|               | хлеб пшен     |        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 50       | 1     | 116,9        | 3,95  | 0,5   | 24,2     |
|               |               |        | Итого за прием пищи:                                     | 520      | 40    | 658,3        | 18,05 | 21,95 | 95,95    |
| Итого за день |               |        | Всего за день:   | 1409     | 0     | 1775,1       | 60,76 | 61,32 | 238,32   |

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* Миргородская Л.А.

Зав. производством *М.М. Копылова*





Утверждено  
 Директор *В.И. Санунова В.И.*

Школа *109* Отд./корп *5-11*

День *12.04*

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо   | Выход, г             | Цена  | Калорийность | Белки  | Жиры | Углеводы |       |
|------------|-----------|--------|---|----------------------|-------|--------------|--------|------|----------|-------|
| Завтрак    | овощи нат | 70     | Свежие помидоры                                     | 100                  | 4,5   | 19,7         | 1      | 0,2  | 3,5      |       |
|            | 2 блюдо   | 234    | Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом         | 100/50               | 22,6  | 146          | 12,8   | 7,3  | 10,4     |       |
|            |           |        | Картофель отварной с маслом сливочным               | 180                  | 6,4   | 167,9        | 3,3    | 5,7  | 25,9     |       |
|            | 3 блюдо   |        |   | 200                  | 4     | 103          | 0,7    | 0,3  | 24,4     |       |
|            |           |        | Напиток из плодов шиповника                         | 30                   | 1,5   | 58,7         | 2      | 0,4  | 11,9     |       |
|            |           |        | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50                   | 1     | 211,2        | 4,2    | 0,4  | 47,7     |       |
|            |           |        |   | Итого за прием пищи: | 712   | 40           | 706,5  | 24   | 14,4     | 123,8 |
| Обед       | овощи нат | 71     | Свежие 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               | 29,85 | 260          | 15,1   | 15,6 | 16,3     |       |
|            | 2 блюдо   | 268    |   | 180                  | 5     | 300,8        | 10,2   | 8,3  | 46,4     |       |
|            |           |        | Каша гречневая рассыпчатая                          | 200                  | 3     | 120,5        | 0,4    | 0    | 24,8     |       |
|            | 3 блюдо   | 349    | Компот из смеси сухофруктов                         | 50                   | 1     | 211,2        | 4,2    | 0,4  | 47,7     |       |
|            |           |        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 50                   | 1,5   | 97,8         | 3,3    | 0,6  | 19,8     |       |
|            |           |        | ХЛЕБ РЖАНОЙ   | 50                   | 1,5   | 97,8         | 3,3    | 0,6  | 19,8     |       |
|            |           |        |   | Итого за прием пищи: | 900   | 49           | 1144,2 | 37,4 | 30       | 182,9 |
|            |           |        |   | Итого за день        | 1610  | 89           | 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 *Л.А. Миргородская* Миргородская Л.А.

Зав.производством



*В.И. Санунова*

Утверждено  
Директор

*М.С. Санукова*  
в.и.



Школа 109

Отд./корп СВО

День 12.09

| Прием пищи | Раздел           | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|------------------|--------|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гастр            | 14     | Масло сливочное                               | 10       | 9      | 66           | 0,1   | 7,2   | 0,1      |
|            | гастр            | 15     | Сыр Российский                                | 15       | 9,18   | 54           | 3,5   | 4,4   | 0        |
|            | блюда из творога | 71     | Лапшевник с творогом с маслом сливочным       | 220/8/80 | 38,68  | 388,6        | 17,7  | 17,3  | 40,3     |
|            | 3 блюдо          | 379    | Кофейный напиток с молоком                    | 200      | 6      | 113,4        | 2,9   | 1,9   | 20,9     |
|            | хлеб ржан        |        | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 50       | 3      | 129          | 4,3   | 1,65  | 21,25    |
|            | хлеб пшен        |        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50       | 2,85   | 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:                          | 782      | 88,66  | 937,4        | 33,05 | 33,55 | 121,45   |
| Обед       | овощи натур      | 71     | Свежие огурцы                                 | 100      | 4,5    | 12           | 0,1   | 0,1   | 1,9      |
|            | 1 блюдо          | 108    | Суп картофельный с клецками                   | 250      | 4,66   | 115          | 5,6   | 4,8   | 10,2     |
|            | 2 блюдо          | 268    | Биточки из говядины с маслом сливочным        | 100/10   | 45,4   | 343,9        | 16,5  | 24,2  | 14,3     |
|            | гарнир           | 171    | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным | 200      | 3,5    | 268          | 7,1   | 10,1  | 40,3     |
|            | 3 блюдо          | 349    | Компот из смеси сухофруктов                   | 200      | 4,8    | 77,4         | 0     | 0     | 19,4     |
|            | 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:                          | 1110     | 88,66  | 1131,7       | 38,15 | 41,95 | 146,25   |
|            | Итого за день    |        | Всего за день:                                | 1892     | 177,32 | 2069,1       | 71,2  | 75,5  | 267,7    |

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



*Валерий Борисов*