



Утверждаю

Директор

Самуилова В.И.

Школа

19

Отд./корп

1-4

День

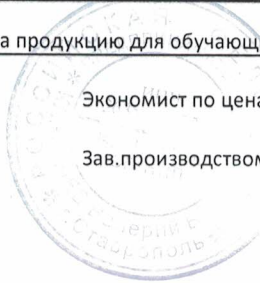
18.04

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастрон	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	гастрон	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,18	54	3,5	4,4	0
	гор.блюдо	№ 224 2015г.	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком сгущенным	200/80	30,09	732	29,2	27,6	91,6
	3 блюдо	№ 382 2015г.	КАКАО С МОЛОКОМ	200	6	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,25	1,65	21,25
Завтрак 2	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	755	76,72	1301,4	44,5	44,45	176,6
Обед	овощи натур	№ 71 2015г.	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	№ 88 2015г.	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	250	4,5	83,2	2	6,1	7
	2 блюдо	№ 291 2015г.	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	90/270	39,97	454	25,4	14,8	54,7
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	180	4,8	77,4	0	0	19,4
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	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	1100	76,72	939,60	36,80	23,75	142,75
			Итого за день	1855	153,44	2241,00	81,30	68,20	319,35

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 Самуилова В.И.





Школа 109 Отд./корп 167

День 18.09

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	№ 88 2015г.	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	250	4,5	83,2	2	6,1	7
	2 блюдо	№ 291 2015г.	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	90/270	34,5	454	25,4	14,8	54,7
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	200	3	77,4	0	0	19,4
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,25	1,65	21,25
			Итого за прием пищи	680	49,00	870,10	36,20	23,15	128,05
	овощи нат	70	Свежие помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1	2,2
Полдник	гастрон	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	9,31	66	0,1	7,2	0,1
	гор.блюдо	213	Омлет с жареным картофелем и маслом сливочным	180/10	19,69	420	12,6	32,4	18,8
	3 блюдо	308	Напиток из шиповника	200	4	88,2	2,9	2,5	24,8
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,25	1,65	21,25
			Итого за прием пищи	560	40	834,1	24,5	44,35	91,3
			Итого за день	1240	89,00	1704,20	60,70	67,50	219,35

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 Шушова И.И.





Утверждено  
Директор *М.И. Сапунова В.И.*

Школа 119

Отд./корп Б-11

День 28.09

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	23,5	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	40	688,70	20,8	22,2	139
Обед	овощи натур	70	Свежие помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	4	80	2,8	4,1	7,6
	2 блюдо	291	Плов из птицы	100/300	33	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	49	844,2	30,7	46,3	120,7
			Итого за день	1540	89	1532,90	51,5	68,5	259,7

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 *М.И. Сапунова В.И.*



Школа

19

Дата

03.01

Утверждено

Директор

Самуилова В.И.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гастрон	№ 14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	9	66	0,1	7,2	0,1
	гастрон	№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9,18	54	3,5	4,4	0
	гор.блюдо	№ 224 2015г.	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком сгущенным	220/80	38,68	732	29,2	27,6	91,6
	3 блюдо	№ 382 2015г.	КАКАО С МОЛОКОМ	200	6	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб бел		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,15
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	129	4,25	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	775	88,66	1288	45	44	177
Обед	овощи нат	№ 71 2015г.	Свежие огурцы	100	4,5	12,1	0,1	0,1	1,5
	1 блюдо	№ 88 2015г.	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем	250	8,05	83,2	2	6,1	7
	2 блюдо	№ 291 2015г.	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100/300	45,51	454	25,4	14,8	54,7
	3 блюдо	№ 349 2015г.	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	77,4	0	0	19,4
	хлеб бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	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	1100	88,66	942,10	36,30	23,75	142,75
		Итого за день	1875	177,32	2230,10	81,30	67,75	319,75	

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 Ивану Шушова Л.Н.