



Школа

17 августа 2015

Отд./корп

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-------------------|---|----------|---------|--------------|-------|--------|----------|
| | гастроном | №14 2015 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 9 | 0,08 | 7,2 | 0,1 | 66 |
| Завтрак | гор.блюдо | № 204 2015г. | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 197/8/32 | 31 | 165,4 | 4,6 | 7,7 | 23,2 |
| | Зблюдо | № 350 2015г. | КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ) | 200 | 6,79 | 110,2 | 0,1 | 0 | 26,9 |
| | хлеб бел | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,5 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | кисломо л. | | БИЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке | 125 | 27,43 | 96,2 | 4,4 | 3 | 6,5 |
| | | | Итого за прием пищи | 672 | 76,72 | 617,78 | 24,55 | 12,95 | 168,05 |
| Обед | овощи натур. | № 71 2015г. | Свежие помидоры | 60 | 5 | 14 | 0,7 | 0,1 | 2,2 |
| | 1 блюдо | № 101 2015г. | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой | 250 | 5 | 85,2 | 1,7 | 2,7 | 13,3 |
| | 2 блюдо | № 268, 331 2015г. | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом | 90/50 | 33,47 | 309,5 | 16,5 | 24,2 | 14,3 |
| | гарнир | № 302 2015г. | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 180 | 6 | 336 | 10,62 | 11,465 | 47,8 |
| | 3 блюдо | № 349 2015г. | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 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 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | фрукты | | Яблоко свежее | 150 | 19,95 | 69,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | | | Итого за прием пищи | 1080 | 76,72 | 1137,50 | 38,37 | 41,22 | 157,15 |
| | | Итого за день | 1752 | 153,44 | 1755,28 | 62,92 | 54,17 | 325,20 | |

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 СУБОРОВА Е.В.

Утверждено
Директор



Школа 14 апреля 2024 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 | 2,4 | |
| | гастрон | 14 | Масло сливочное "Крестьянское" | 10 | 9 | 75 | 0.1 | 8,5 | 0.1 | |
| | гастрон | 15 | Сыр Российский | 15 | 9,18 | 54,5 | 3,5 | 4,5 | 0 | |
| | горячее | 204 | Макароны запеченные с сыром и маслом сливочным | 200/36/10 | 11,82 | 228,5 | 7,9 | 10,4 | 25,7 | |
| | 3 блюдо | 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3 | 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 | 40 | 739,4 | 21,4 | 26,4 | 104,5 | |
| | Обед | овощи натур | 71 | Свежие огурцы | 100 | 4 | 13,6 | 0,8 | 0,1 | 2,4 |
| | | 1 блюдо | 101 | Суп картофельный с рисовой крупой | 250 | 4,5 | 108,7 | 2,3 | 2,8 | 18,6 |
| 2 блюдо | | 250 | Котлеты из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 100/60 | 30,5 | 260 | 15,1 | 15,6 | 16,3 | |
| гарнир | | 171 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 180 | 4,5 | 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 | 49 | 1112,6 | 182,5 | 27,8 | 181 | |
| | | | | 1631 | 89 | 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.

Экономист по ценам Миргородская Л.А.

Зав.производством СУВОРОВА Е.В.



Школа 14 апреля 2014

Дата



Утверждено

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|-------------------|--|----------|--------|--------------|-------|--------|----------|
| Завтрак | гастр | №14 2015 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 10 | 9 | 0,08 | | 0,1 | 66 |
| | гор.блюдо | № 204 2015г. | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 220/36/9 | 36,61 | 172,8 | 4,6 | 7,7 | 23,2 |
| | Зблюдо | № 350 2015г. | КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ) | 200 | 8,34 | 110,2 | 0,1 | 0 | 26,9 |
| | хлеб бел | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,46 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,95 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | кисломол. | | БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке | 125 | 27,30 | 96,2 | 4,4 | 3 | 6,5 |
| Обед | | | Итого за прием пищи | | 88,66 | 625,18 | 24,55 | 12,95 | 168,05 |
| | овощи нат | № 71 2015г. | Свежие помидоры | 100 | 4,5 | 14 | 0,7 | 0,1 | 2,2 |
| | 1 блюдо | № 101 2015г. | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой | 250 | 4,31 | 85,2 | 1,7 | 2,7 | 13,3 |
| | 2 блюдо | № 268, 331 2015г. | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом | 100/60 | 42,2 | 343,9 | 16,5 | 24,2 | 14,3 |
| | гарнир | № 302 2015г. | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом | 200 | 6 | 336 | 10,62 | 11,465 | 47,8 |
| | 3 блюдо | № 349 2015г. | Кисель из яблок сушеных | 200 | 5,85 | 110,2 | 0,1 | 0 | 26,9 |
| | хлеб бел. | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 2,85 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб черн. | | 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 | | 88,66 | 1204,70 | 38,37 | 41,22 | 137,75 |
| | | | Итого за день | | 177,32 | 1829,88 | 62,92 | 54,17 | 305,80 |

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 Суборова Е.Д.

Зав. пр. СУБОРОВА Е.Д.

МБОУ "Лицей № 5"



Утверждаю
Директор

Школа 14 апреля 2014 Отд./корп

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-------------------|---|----------|-------|--------------|-------|--------|----------|
| | овощи натур | 70 | Свежие помидоры | 60 | 4,5 | 14 | | | |
| Обед | 1 блюдо | № 101 2015г. | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой | 250 | 4 | 85,2 | 1,7 | 2,7 | 13,3 |
| | 2 блюдо | № 268, 331 2015г. | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом | 90/50 | 30 | 309,5 | 16,5 | 24,2 | 14,3 |
| | | 302 | Каша гречневая с маслом сливочным | 180 | 5 | 336 | 10,62 | 11,465 | 47,8 |
| | 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 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | | | Итого за прием пищи | 930 | 49,00 | 1068,00 | 37,77 | 40,62 | 142,45 |
| Полдник | гор.блюдо | 182 | Каша жидкая молочная из овсяной крупы | 200/10 | 20,83 | 256,7 | 8 | 10,2 | 33,2 |
| | зблюдо | 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 7,36 | 103,5 | 3,1 | 2,4 | 17,2 |
| | хлеб бел | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 1 | 116,9 | 3,95 | 0,5 | 24,2 |
| | хлеб ржан | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 1,5 | 129 | 4,3 | 1,65 | 21,25 |
| | гастр | 14 | Масло сливочное Крестьянское | 10 | 9,31 | 75 | 0,1 | 8,3 | 0,1 |
| | | | Итого за прием пищи | 520 | 40,00 | 681,10 | 19,45 | 23,05 | 95,95 |
| | | | Итого за день | 1450 | 89,00 | 1749,10 | 57,22 | 63,67 | 238,40 |

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 *СУВОРОВА Е.В.*

