

1-4 классы

Директор  подтверждаю

Школа Отд./корп День

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	6,6
	блюда из овощ	№ 24 /1994г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	80	7,5	36,1	1,3	1	6,4
Завтрак	гор.блюдо	№ 210 2015г.	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	135/13	32,04	285,8	13,8	24,5	2,6
	3 блюдо	№ 379 2015г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,73	103,5	3,1	2,4	17,2
	хлеб белый		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
Завтрак 2	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	520,00	76,72	740,88	34,25	30,75	152,35
Обед	овощи натур	№ 71 2015г.	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,56	0,1	1,52
	1 блюдо	№ 82 2015г.	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	7,15	102	1,8	5	12,3
		№ 227 2015г.	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	90/9	28,45	131,4	15,3	8,2	0,9
	гарнир	№ 310 2015г.	Картофель отварной с маслом сливочным	180	8,67	189	3,63	7,1	25,2
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	5	88,2	0,7	0,3	20,8
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
			Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи	1049	76,72	835,60	30,84	23,45	120,87
			Итого за день	1717	153,44	1576,48	65,09	54,20	273,22

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 МБОУ СОШ №32 Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	горячее	210	Омлет натуральный с маслом сливочным	135/13	15,66	243,9	12,4	20,5	2,3	
	закуска	Табл № 24 /1994	Икра кабачковая (консервирован)	100	6,84	119	1,9	8,9	7,7	
			3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	5	97,7	2,9	2,1
	хлеб ржан			Хлеб ржаной	30	1,5	70,1	2	0,3	12,7
	хлеб пшен			Хлеб пшеничный	50	1	116,9	4	0,5	24,2
	фрукты			Яблоко сезонное калиброванное	200	10	94	0,8	0,8	19,6
		Итого за прием пищи:			728	40	741,6	24	33,1	83,2
Обед	овощи натур	71	Свежие помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	4,2	97,6	1,7	5	11,4	
	2 блюдо	227	Рыба Минтай припущенная с маслом сливочным	100/10	27,4	239,3	18	16,9	3,8	
	гарнир	125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,4	167,9	3,3	5,7	25,9	
	3 блюдо	388	Напиток из шиповника	200	4	103	0,7	0,3	24,4	
	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
				940	49	873,9	33,1	30,25	114,85	
	Итого за день			1668	49	1615,5	57,1	63,35	197,65	

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

Экономист по ценам _____ Миргородская Л.А.

Зав.производством _____

1-4 класс (обед)

Утверждаю
 Дата _____
 Директор _____

Школа МБОУ СОШ №32 Отд./корп _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи натур	70	Свежие огурцы	60	4,5	9,6	0,56	0,1	1,52
Обед	1 блюдо	№ 82 2015г.	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	4,2	102	1,8	5	12,3
	2 блюдо	№ 227 2015г.	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	90/9	27,4	131,4	15,3	8,2	0,9
	гарнир	№ 310 2015г.	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,4	189	3,63	7,1	25,2
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	4	88,2	0,7	0,3	20,8
	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	899	49,00	766,10	30,24	22,85	106,17
	овощи натур	71	Свежие помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1	2,2
Полдник	гор.блюдо	204	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным.	197/8/32	20,5	267,5	10,8	12	27,2
	3 блюдо	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,5	49,5	0,4	0	11,7
	хлеб белый		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	75	0,1	8,3	0,1
			Итого за прием пищи	629	40,00	651,90	20,25	22,55	86,65
			Итого за день	1528	89,00	1418,00	50,49	45,40	192,82

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 _____

Школа

МБОУ СОШ №32

Дата

Утверждено

Директор



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос.	Белки	Жиры	Углеводы	
	гастр	№14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	9	0,08	7,2	0,1	66	
	блюда из овощ	№ 24 /1994год	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	100	8	45,2	1,3	1	6,4	
Завтрак	гор.блюдо	№ 210 2015г.	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	135/13	39,86	285,8	13,8	24,5	2,6	
	3 блюдо	№ 379 2015г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	6	103,5	3,1	2,4	17,2	
	хлеб белый		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2	
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3	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	688	88,66	749,98	34,25	30,75	152,35	
Обед	овощи нат	№ 71 2015г.	Свежие огурцы	100	4,50	9,6	0,56	0,1	1,52	
	1 блюдо	№ 82 2015г.	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	5,5	102	1,8	5	12,3	
	2 блюдо	№ 227 2015г.	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	100/10	39,26	146	17,1	8,2	0,9	
	гарнир	№ 310 2015г.	Картофель отварной с маслом сливочным	200	9,60	189	3,6	7,1	25,2	
	3 блюдо	№ 388 2015г.	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	4	88,2	0,7	0,3	20,8	
	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	1120	88,66	704,20	11,91	23,45	120,87
				Итого за день	2928	177,32	1454,18	46,16	54,20	273,22

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 _____