

1-4 класс

Утверждено  
Директор \_\_\_\_\_



Школа \_\_\_\_\_ Отд./корп \_\_\_\_\_ День \_\_\_\_\_

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Овощи натур	71	Свежие огурцы	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5	
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	9	66	0,1	7,2	0,1	
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из бройлер цыплят соусом сметанным с томатом	90/50	30,27	241,7	14,1	18,4	15,7	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	6	336	10,6	11,5	47,8	
	3 блюда	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	49,5	0,4	~	11,7	
	хлеб рж		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:	862	76,72	1018,2	34,65	39,95	136,95	
Обед	Овощи натур	71	Помидоры Свежие	60	5	14	0,7	0,1	2,2	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	7,15	102	1,8	5	12,3	
	2 блюдо	274	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	90/70	28,45	224	11,6	13,5	13,8	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	180	8,67	189	3,6	7,1	25,2	
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	5	88,2	0,7	0,3	26,9	
	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:	1060	76,72	932,6	27,25	28,75	140,55
	Итого за день			Всего за день:	1922	153,44	1950,8	61,9	68,7	277,5

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 \_\_\_\_\_

5-й класс

Утверждено  
ДиректорШкола МАДУ СДМ №32 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
	2 блюда	295	Голубцы любительские с соусом сметан/томатным	100/60	20,44	154,3	8,8	7,7	13,3
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,06	273,2	7,9	6,5	46
	3 блюда	349	Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	0	29,8
	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
	Фрукты		Яблоко свежее колиброванное	200	6,5	94	0,8	0,8	19,6
			Итого за прием пищи:	920	40	786,5	24,9	15,9	170,7
Обед	овощи нат	71	Свежие помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	4,2	111,3	4	6,3	11,7
	2 блюдо	292	Птица тушенная в соусе с овощами	100/300	33,8	141,9	10,2	7,8	7,7
	3 блюдо	350	Напиток из плодов 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
			Итого за прием пищи:	940	49	691,5	23,5	15,6	116,3
			Итого за день	1860	89	1478	48,4	31,5	287

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 \_\_\_\_\_

1-4 класс

Директор 

Школа № 4 СОШ № 32 Отд./корп  День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Овощи натур	70	Свежие помидоры	60	4,5	14	0,7	0,1	2,2		
		1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	4,15	102	1,8	5	12,3	
			274	Зразы рубленые из мяса с соусом сметанным с томатом	90/70	27,35	224	11,6	13,5	13,8	
		гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,5	189	3,6	7,1	25,2	
			388	Напиток из шиповника	200	4	180	3,6	7	25,2	
		3 блюдо	хлеб рж		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
					хлеб пшен	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
					ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						
					Итого за прием пищи:	960	49	954,9	29,55	34,85	124,15
		Полдник	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	9,31	66	0,1	7,2	0,1
блюдо из творога	222			Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	200/80	24,19	523,8	24,5	19,2	63	
	377			Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	49,5	0,4	0	11,7	
3 блюда	хлеб рж				ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
					хлеб пшен	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
					ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						
					Итого за прием пищи:	612	40	885,2	33,25	28,55	120,25
					Итого за день:	1972	89	1840,1	62,8	63,4	244,4
					Всего за день:						

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 \_\_\_\_\_

Утверждено  
Директор \_\_\_\_\_



Школа МБОУ СОШ №32 Отд./корп                      День                     

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	овощи натур	71	Свежие огурцы	100	4,5	12	0,1	0,1	1,9	
	гастрон	14	Масло сливочное порцион	10	9	66	0,1	7,2	0,1	
	2 блюда	295	Котлеты рубленые из бройлер цыплят с соусом сметанным с томатом	100/80	39,36	241,7	14,1	18,4	15,7	
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	200	6	336	10,6	11,5	47,8	
	3 блюда	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	49,5	0,4	0	11,7	
	хлеб рж		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:	962	88,66	1020,6	34,15	39,95	137,35	
Обед	Овощи натур	71	Свежие помидоры	100	4,5	12	0,1	0,1	1,9	
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	5	102	1,8	5	12,3	
	2 блюда	274	Зразы рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом	100/80	39,76	224	11,6	13,5	13,8	
	гарнир	310	Картофель отварной с маслом сливочным	200	9,6	189	3,6	7,1	25,2	
	3 блюда	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	88,2	0,7	0,3	26,9	
	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:	1140	88,66	930,6	26,65	28,75	140,25
		Итого за день		Всего за день:	2102	177,32	1951,2	60,8	68,7	277,6

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 \_\_\_\_\_