

1-4 классы

Утверждено  
Директор



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

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	90/9	34,47	343,9	16,5	24,2	14,3
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом						
	гарнир	171	Каша пшеничная рассыпчатая с	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 \_\_\_\_\_ Миргородская Л.А.

Зав. производством \_\_\_\_\_

5-й класс

Утверждено  
Директор \_\_\_\_\_



Школа №104 СОШ №32 Отд./корп            День           

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		Напиток из плодов шиповника	200	4	103	0,7	0,3	24,4	
			хлеб ржан	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
			хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	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	Каша гречневая рассыпчатая	180	5	300,8	10,2	8,3	46,4	
			Компот из смеси сухофруктов	200	3	120,5	0,4	0	24,8	
3 блюдо		349	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
			хлеб	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 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 \_\_\_\_\_

1-4 класс

Утверждено  
Директор \_\_\_\_\_



Школа МБОУ СОШ №32

Отд./корп \_\_\_\_\_

День \_\_\_\_\_

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 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	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 Тютельян В.А. и Могильный М.П.

Экономист по ценам \_\_\_\_\_ Миргородская Л.А.

Зав.производством \_\_\_\_\_