

Утверждено
Директор



Школа МАОУ лицей №17 Отд./корп _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гастрогомия	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1	
		№ 15 2015г.	СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями)	15	9	54	3,5	4,4	0	
	каши молочн	173		Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	200/10	20,6	212,4	6,8	10,1	25,6
				СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)	200	19,55	83,4	1	0,2	19,6
				3 блюдо						
	хлеб			ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	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:	685	82,5	731,2	20,25	24,65	105,45
	Обед	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	3,1	9,6	0,6	0,1	1,5
1 блюдо			99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5,69	91	3	4,2	10,2
2 блюдо		278/331		Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	38	268	12,8	14,3	16,8
				Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	6,46	336,1	10,6	11,5	47,8
гарнир		171								
3 блюдо		342	Компот из сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1	
хлеб				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
				ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	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:	1110	82,5	1131,2	36,05	33,05	163,55
Итого за день			Всего за день:	1795	165	1862,4	56,3	57,7	269	

2015 год. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

под редакцией Тутельян В.А. и Могильный М.П.

Зав.производством Давыд / Давыдов В.А.

Экономист по ценам Л.А. Миргородская



Утверждено
Директор



Школа МАОУ Лицей №17 Отд./корп _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Жиры	Белки	Углеводы
Завтрак	каши молочн	173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным	220/20	10	208,9	6,6	7,9	27,9
			МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	8	75	0,1	8,3	0,1
	гастрономия	№ 14	"Крестьянское" 72,5%	15	9	54,5	3,5	4,5	0
	гастрономия	№ 15	СЫР РОССИЙСКИЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
	Хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	Хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	3 блюдо	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	4	59,9	0,3	0,7	14,7
	фрукты		ЯБЛОКО СЕЗОННОЕ КАЛИБРОВАННОЕ 1 шт.	200	5	73	0,7	0,7	14,7
			Итого за прием пищи:	752	38,5	574,2	16,3	21,5	79,1
Обед	овощи нат	71	Овощи натуральные свежие огурцы	100	4	13,6	0,8	0,1	2,4
		1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5	84,7	1,8	4,3
	2 блюдо		Тефтели рубленные из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	100/60	26,35	206,3	12,6	12,2	12,8
		278							
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	180	5	301,8	10,2	8,3	46,5
		3 блюдо	346	Компот из свежих яблок	200	4,15	108,5	0,2	0,2
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	4	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129,00	4,3	1,65	21,3
			Итого за прием пищи:	1000	47	1030,4	33,1	26,1	167,3
			Всего за день:	1752	85,5	1604,6	49,4	47,6	246,5

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

Зав.производством Давид / Валерий И.А.
Экономист по ценам Л.А. Миргородская





Школа МАОУ лицей № 17 Отд./корп _____

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи натур	71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	4	9,6	0,6	0,1	1,5
	1 блюдо	99	Суп из овощей со сметаной	250/10	5	91	3	4,2	10,2
	2 блюдо	278/331	Тефтели из мяса говядины с соусом сметанный с томатом	90/70	26,5	268	12,8	14,3	16,8
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	5	336,1	10,6	11,5	47,8
	3 блюдо	342	Компот из сухофруктов	200	4	111,1	0,2	0,2	27,1
	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:	1110	47	1061,7	35,45	32,45	148,85
	гастрогония	№ 14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5%	10	8,9	66	0,1	7,2	0,1
Полдни	горячее	204	Макароны отварные с маслом сливочным	197/8/32	22,1	267,5	10,8	12	27,2
	3 блюдо	379	Кофейный напиток с молоком	200	5	103,5	3,1	2,4	17,2
	хлеб		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	Хлеб		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
			Итого за прием пищи:	547	38,5	682,9	22,25	23,75	89,95
	Итого за день		Всего за день:	1795	85,5	1744,6	57,7	56,2	238,8

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

Зав.производством Давыд / Давыдов И.А.
 Экономист по ценам Л.А. Миргородская

