

Утверждено
Директор



Итого за день: 1668, 85,5, 1615,5, 57,1, 63,35, 197,65

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее	210	Омлет натуральный с маслом сливочным	135/13	14,16	243,9			2,3
	закуска	Табл № 24 /1994	Икра кабачковая (консервирован)	100	6,84	119	1,9	8,9	7,7
			Кофейный напиток с молоком	200	5	97,7	2,9	2,1	16,7
	3 блюдо	379	Хлеб ржаной	30	1,5	70,1	2	0,3	12,7
	хлеб ржан		Хлеб пшеничный	50	1	116,9	4	0,5	24,2
	хлеб пшен		Яблоко сезонное калиброванное	200	10	94	0,8	0,8	19,6
	фрукты		Итого за прием пищи:	728	38,5	741,6	24	33,1	83,2
Обед	овощи натур	71	Овощи натуральн свежие помидоры	100	4	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
			Рыба Минтай припущенная с маслом сливочным	100/10	25,9	239,3	18	16,9	3,8
	2 блюдо	227	Картофель отварной с маслом сливочным	180	6,4	167,9	3,3	5,7	25,9
	гарнир	125	Напиток из шиповника	200	4	103	0,7	0,3	24,4
	3 блюдо	388	Хлеб пшеничный	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
	хлеб пшен		Хлеб ржаной	50	1,5	97,8	3,3	0,6	19,8
	хлеб ржан		Итого за день	940	47	873,9	33,1	30,25	114,85
				1668	85,5	1615,5	57,1	63,35	197,65

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

Зав.производством
Экономист по ценам

Давыд / Давыд И.А.

Л.А. Миргородская



Школа

М.П.О.У. №17

Дата

5.09.26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углебоды
	гастроном	№14 2015г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	8,9	0,88	7,2	0,1	0,6
	блюда из овощей	№ 24 /1994г.	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	100	8	45			6,4
Завтрак	гор.блюдо	№ 210 2015г.	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	135/13	39,96	285,8			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 свеж	№ 71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	100	7,35	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
		№ 227 2015г.	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	100/10	36,41	146	17,1	8,2	0,9
	гарнир	№ 310	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 ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,85	116,9	3,95	0,5	24,2
			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

Экономист по ценам
Зав. производством

Миргородская Л.А.

Л.А. Миргородская



Школа МБОУ Лицей № 17 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гастроном	№14 2015	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)	10	8,9	0,08	7,2	0,6	6,4
	блюда из овощей	24 /1994г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	80	7,5	36,1	4,3	4,3	6,4
Завтрак	гор.блюдо	№ 210 2015г.	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	135/13	35,20	285,8	13,8	24,5	2,6
	3 блюдо	№ 379 2015г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	6,45	103,5	3,1	2,4	17,2
	хлеб белый		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб ржан		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
Завтрак 2	фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (впечатать название фрукта в данный день)	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи		82,50	740,88	34,25	30,75	152,35
Обед	овощи свеж	№ 71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	7,53	9,6	0,56	0,1	1,52
	1 блюдо	№ 82 2015г.	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	8,14	102	1,8	5	12,3
	2 блюдо	№ 227 2015г.	РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5%	90/9	29,98	131,4	15,3	8,2	0,9
	гарнир	№ 310	Картофель отварной с маслом сливочным	180	7,40	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 бел.		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб черн.		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,5	129	4,3	1,65	21,25
	фрукты		ФРУКТЫ сезонные калиброванные (впечатать название фрукта в данный день)	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи		82,50	835,60	30,84	23,45	120,87
			Итого за день		165,00	1576,48	65,09	54,20	273,22



Экономист по ценам Валерий Борисович
Зав. производственной

Школа

МБОУ Лицей №17

Отд./корп



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи всеж	71	Овощи натуральные свежие помидоры	60	4		0,7	0,1	2,2
Обед	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	3,6	140	5,6	5,4	17,5
	2 блюдо	268	Биточки из говядины с маслом сливочным	90/9	27,9	34,9	16,5	24,2	44,3
			Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	5	166,7	5,4*		34,7
	гарнир	309	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	116,9	3,95	0,5	24,2
	хлеб бел		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,5	129	4,3	1,65	21,25
	хлеб ржан		Компот из смеси сухофруктов	200	4	77,4	0	0	19,4
	3 блюдо	349							
			Итого за прием пищи	889	47,00	842,50	36,45	32,55	133,55
	блюдо из тво	188	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным	200/80	22,1	320	9,3	7,2	53,6
	3 блюдо	382	Какао с молоком	200	5	134	2,9	2,5	28,8
	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
	гастр	14	Масло сливочное Крестьянское	10	8,9	75	0,1	8,3	0,1
			Итого за прием пищи	1080	38,50	774,90	20,55	20,00	127,95
			Итого за день	1752	85,50	1617,40	57,00	52,55	261,50



Экономист по ценам

Миргородская Л.А.

Зав.производством

Розей / Розено У.А.