

Утверждено
Директор



Школа

МАОУ лицей №17

Отд./корп

День

30.01.2014

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	бл. из творога	188	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	220/80	32,5	647,5	18,8	20,3	98,1
	3блюдо	382	Какао с молоком	200	5	134	2,9	2,5	24,8
	хлеб пшен		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1	211,2	4,2	0,4	47,7
			ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,5	58,7	2	0,4	11,9
			Итого за прием пищи:	580	40	1051,3	27,8	23,6	182,5
Обед	овощи натур	71	Соленые помидоры	100	4,5	19,7	1	0,2	3,5
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	4,4	114,7	2,1	5,2	14,9
			Рыба Минтай, припущенная с маслом сливочным	100\10	27,1	191,2	13	10,6	11
	2 блюдо	229	Картофельное пюре	180	6,5	217,8	3,9	11,5	22,7
	гарнир	128	Напиток из плодов шиповника	200	4	169,2	3,7	6,5	24,4
	3 блюдо	388							
	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	913,3	28,1	23,8	147,1
			Итого за день	1520	89	1964,6	55,9	47,4	329,6

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



Людмила Миргородская

Школа

МБОУ лицей № 17 СВО

Отд./корп

Утверждено
Директор

Дата

30.01.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	9,6	0,1	0,1	1,9
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из трески) с маслом сливочным	100/8	39,96	222,4	12,1	16,2	13,4
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	13,6	202	2,5	15,7	0,5
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	200	4,8	111,1	0,2	0,2	27,1
	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:	838	88,66	860,5	23,75	34,95	103,05
	овощи нат	71	Соленые огурцы	100	4,5	12	0,1	0,1	1,9
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	7,18	122,4	2,3	5,3	16,4
Обед	2 блюдо	239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	100/60	28,98	244	13,2	12,9	18,8
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	200	13,4	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	8,8	88,2	0,7	0,3	20,8
	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:	1160	88,66	973,4	29,05	32,85	140,75
	Итого за день		Всего за день	1998	177,32	1833,9	52,8	67,8	243,8

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



Миргородская Л.А.

Daleef / Dalgas V.A.

Утверждено
Директор



Школа МАОУ лицей №17 Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	овощи нат	70	Соленые помидоры	60	4,5	14	0,7	1	2,2
Обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	4,37	122,4	2,3	5,3	16,4
	2 блюдо	239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	90/50	26,13	244	13,2	12,9	18,8
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	7,5	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 блюдо	388	Напиток из плодов шиповника	200	4	88,2	0,7	0,3	20,8
	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
Полдник			Итого за прием пищи:	930	49	905,9	29,05	33,15	126,35
	гастрономия	№ 14 2015	Масло сливочное Крест	10	9,31	66	0,1	7,2	0,1
	горячее	188	Запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	200/80	24,69	434,9	12,3	13,6	64,6
	3 блюдо	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,5	65	0,1	0	15,9
	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
			Итого за прием пищи:	612	40	811,8	20,75	22,95	126,05
	Итого за день		Всего за день:	1542	89	1717,7	49,8	56,1	252,4

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

МАОУ лицей №17

Отд./корп

День

30.01.2014

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	овощи нат	71	Соленые огурцы	60	5	9,6	0,6	0,1	1,5
	горячее	237	Зразы рыбные рубленые (из минтая) с маслом сливочным	90/7	30	201,6	12,1	16,2	13,4
	гарнир	143	Рагу из овощей	180	14,47	202	2,5	15,7	0,5
	3 блюдо	342	Компот из смеси сухофруктов	180	4,8	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
	фрукты		Яблоко свежее	150	19,95	69,5	0,6	0,6	14,7
			Итого за прием пищи:	767	76,72	839,7	24,25	34,95	102,65
Обед	овощи нат	71	Соленые помидоры	60	5	14	0,7	0,1	2,2
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	9,8	122,4	2,3	5,3	16,4
	2 блюдо	239	Тефтели Рыбные из минтая, с соусом сметанным с томатом	90/50	26,29	244	13,2	12,9	18,8
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	8	191,4	3,9	11,5	22,7
	3 бл	388	Напиток из плодов шиповника	200	5,18	88,2	0,7	0,3	20,8
	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:	1080	76,72	975,4	29,65	32,85	141,05
	Итого за день		Всего за день:	1847	153,44	1815,1	53,9	67,8	243,7

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

Роденко-Роденко А.

20