



МЕНЮ



Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 462 | Плов из свинины | 200 | 56,8 | 16 | 13,7 | 36,2 | 342,8 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 59 | 4,7 | 6,2 | 1,3 | 40,7 | 198,9 |
| ИТОГО : | | 509 | 67,00 | 22,80 | 15,90 | 99,80 | 641,40 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|--------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 100 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/10 | 11,5 | 1,6 | 5,6 | 10,5 | 97,6 |
| ТТК 479 | Котлета из индейки | 90 | 59 | 18,2 | 7,3 | 12 | 158,5 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 6 | 5,7 | 0 | 4,4 | 0,1 | 39,6 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 55 | 3,3 | 4 | 1,2 | 23,5 | 121 |
| ИТОГО : | | 711 | 97,00 | 32,20 | 24,30 | 101,90 | 726,40 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|
| 447 | Огурец соленый (гарнировка) | 30 | 4,6 | 0,2 | 3 | 0,5 | 3,3 |
| ТТК 479 | Котлета из индейки | 90 | 58,5 | 18,2 | 7,3 | 12 | 158,5 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 10 | 9,5 | 0 | 7,3 | 0,1 | 66 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| 111 | Плюшка Московская с маком | 110 | 19,9 | 10,6 | 15,2 | 68,6 | 454,7 |
| ИТОГО : | | 590 | 110,00 | 37,40 | 38,60 | 137,00 | 992,20 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|--|-----------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 100 | Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной | 250/12,5/ 10 | 26,5 | 8,5 | 8,5 | 11,7 | 157 |
| ТТК 479 | Котлета из индейки | 90 | 58,5 | 18,2 | 7,3 | 12 | 158,5 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 10 | 9,5 | 0 | 7,3 | 0,1 | 66 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| 373 | Булочка с кунжутом | 50 | 8 | 4,5 | 4,2 | 18,7 | 133,3 |
| ИТОГО : | | 773 | 120,00 | 39,60 | 33,10 | 98,30 | 824,50 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|--|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 462 | Плов из свинины | 200 | 56,8 | 16 | 13,7 | 36,2 | 342,8 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 59 | 4,7 | 6,2 | 1,3 | 40,7 | 198,9 |
| ИТОГО : | | 509 | 67,00 | 22,80 | 15,90 | 99,80 | 641,40 |

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /
/ Ишмирова М.В.

ООО МАНГО

**МЕНЮ**

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

8 ноября 2023 г.

Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 87/08 | Суфле "Рыбка золотая" (минтай) | 90 | 36,9 | 13,1 | 13,6 | 14 | 228,7 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 15,5 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 7 | Батон | 60 | 3,6 | 4,3 | 1,3 | 25,7 | 132 |
| ИТОГО : | | 510 | 67,00 | 21,10 | 23,70 | 93,10 | 679,30 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 92 | Уха со взбитым яйцом (минтай) | 250 | 15 | 6,3 | 4,1 | 13,2 | 116 |
| ТТК 466 | Котлета "Переменка" | 90 | 54,5 | 13 | 16,4 | 11,1 | 244 |
| ТТК 309 | Картофель тушеный | 150 | 14,5 | 3 | 11 | 21,7 | 200 |
| ТТК183 | Компот из сухофруктов | 200 | 8,5 | 1,6 | 0,4 | 34,8 | 147,8 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 57 | 4,5 | 6 | 1,3 | 39,3 | 192,1 |
| ИТОГО : | | 747 | 97,00 | 29,90 | 33,20 | 120,10 | 899,90 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 466 | Котлета "Переменка" | 90 | 54,5 | 13 | 16,4 | 11,1 | 244 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 150 | 14,5 | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 189 |
| ТТК183 | Компот из сухофруктов | 200 | 8,5 | 1,6 | 0,4 | 34,8 | 147,8 |
| 11 | Пирожное бисквитное с кокосовой стружкой | 65 | 32,5 | 7,9 | 3 | 52,7 | 146 |
| ИТОГО : | | 505 | 110,00 | 25,70 | 28,10 | 120,40 | 726,80 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|----------------|-------------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 92 | Уха со взбитым яйцом (минтай) | 250 | 20 | 6,3 | 4,1 | 13,2 | 116 |
| ТТК 466 | Котлета "Переменка" | 90 | 54,5 | 13 | 16,4 | 11,1 | 244 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 15,5 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК183 | Компот из сухофруктов | 200 | 8,5 | 1,6 | 0,4 | 34,8 | 147,8 |
| 210 | Сырная палочка | 75 | 21,5 | 4,8 | 7,5 | 29,1 | 205,5 |
| ИТОГО : | | 775 | 120,00 | 29,10 | 37,20 | 111,40 | 914,90 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 87/08 | Суфле "Рыбка золотая" (минтай) | 90 | 36,9 | 13,1 | 13,6 | 14 | 228,7 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 15,5 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 7 | Батон | 60 | 3,6 | 4,3 | 1,3 | 25,7 | 132 |
| ИТОГО : | | 510 | 67,00 | 21,10 | 23,70 | 93,10 | 679,30 |

| | | | | | | |
|------------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| ИТОГО за день : | 3 047 | 461,00 | 126,90 | 145,90 | 538,10 | 3 900,20 |
|------------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-----------------|

Заведующий производством
 Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

И.И. Истомин М.Ю.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

9 октября 2023 г.

Директор

Согласовано



| Номер сборника рецензур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 541 | Спагетти отварные с маслом | 150 | 10,5 | 5,5 | 4,4 | 33,3 | 198 |
| ТТК 46 | Омлет натуральный | 105/5 | 36,5 | 9,8 | 15,3 | 1,7 | 183 |
| ТТК 16 | Какао с молоком | 200 | 17 | 3,6 | 2,7 | 22,9 | 127 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3 | 3,6 | 1,1 | 21,4 | 110 |
| ИТОГО : | | 510 | 67,00 | 22,50 | 23,50 | 79,30 | 618,00 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|----------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК82 | Суп картофельный с горохом с курицей | 200/12,5 | 18 | 8,8 | 6,5 | 14,2 | 151,3 |
| 81/08 | Фрикадельки "Петушок" | 90 | 60,3 | 12,9 | 15,4 | 8,6 | 222,6 |
| ТТК 41 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 10,5 | 5,8 | 4,9 | 35,5 | 208,9 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 53 | 4,2 | 5,6 | 1,2 | 36,6 | 178,7 |
| ИТОГО : | | 706 | 97,00 | 33,30 | 28,00 | 114,90 | 839,20 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 81/08 | Фрикадельки "Петушок" | 100 | 67 | 14,3 | 17,1 | 9,5 | 247,3 |
| ТТК 42 | Макаронны с сыром | 140/10 | 19 | 6,9 | 5,8 | 27,4 | 192 |
| ТТК 93 | Чай с лимоном | 200/7 | 6 | 0,2 | 0 | 15,2 | 61,1 |
| 741 | Ватрушка с повидлом | 70 | 18 | 17,5 | 2,3 | 81,1 | 145,8 |
| ИТОГО : | | 527 | 110,00 | 38,90 | 25,20 | 133,20 | 646,20 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК82 | Суп картофельный с горохом с курицей | 250/12,5 | 19,5 | 8,2 | 5,8 | 17,7 | 157 |
| ТТК 224 | Мясо по-албански (грудка куриная) | 80 | 77,5 | 17,6 | 15,8 | 2,6 | 224 |
| ТТК 42 | Макаронны с сыром | 125 | 16 | 5,7 | 4,8 | 22,8 | 160 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3 | 3,6 | 1,1 | 21,4 | 110 |
| ИТОГО : | | 718 | 120,00 | 35,30 | 27,50 | 84,50 | 728,70 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 46 | Омлет натуральный | 105/5 | 36,5 | 9,8 | 15,3 | 1,7 | 183 |
| ТТК 541 | Спагетти отварные с маслом | 150 | 10,5 | 5,5 | 4,4 | 33,3 | 198 |
| ТТК 16 | Какао с молоком | 200 | 17 | 3,6 | 2,7 | 22,9 | 127 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3 | 3,6 | 1,1 | 21,4 | 110 |
| ИТОГО : | | 510 | 67,00 | 22,50 | 23,50 | 79,30 | 618,00 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ /



МЕНЮ



| Номер борника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 26 | Каша пшеничная молочная с маслом | 200/10 | 23,5 | 8,1 | 10,8 | 39,9 | 290 |
| ТТК 90 | Сырники из творога | 50 | 30 | 8 | 5,3 | 11,2 | 123,9 |
| ТТК 94 | Чай с молоком | 200 | 8 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 81 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 55 | 5,5 | 4,4 | 1,8 | 27,3 | 142,2 |
| ИТОГО : | | 515 | 67,00 | 22,00 | 19,50 | 94,20 | 637,10 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 56 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200/10 | 11 | 2,1 | 5,8 | 13,9 | 116,7 |
| ТТК 58 | Горбуша в омлете | 100 | 55 | 18,1 | 13,9 | 3,1 | 209,6 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 15,45 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 57 | 4,55 | 6 | 1,3 | 39,3 | 192,1 |
| ИТОГО : | | 727 | 97,00 | 29,90 | 29,80 | 109,70 | 837,00 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 53 | Помидор свежий | 10 | 3 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,4 |
| ТТК 14 | Жаркое по-домашнему (говядина) | 250 | 83 | 17,3 | 18,8 | 25,9 | 344 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| 741 | Ватрушка с повидлом | 75 | 20 | 18,8 | 2,5 | 86,9 | 156,2 |
| ИТОГО : | | 535 | 110,00 | 36,40 | 21,30 | 133,20 | 579,30 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|----------------|------------------------------------|-----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 56 | Рассольник Ленинградский с курицей | 250/12,5/ 10 | 25,5 | 5,3 | 7,4 | 15,6 | 151 |
| ТТК 14 | Жаркое по-домашнему (говядина) | 250 | 83 | 17,3 | 18,8 | 25,9 | 344 |
| ТТК 93 | Чай с лимоном | 200/7 | 6 | 0,2 | 0 | 15,2 | 61,1 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 55 | 5,5 | 4,4 | 1,8 | 27,3 | 142,2 |
| ИТОГО : | | 785 | 120,00 | 27,20 | 28,00 | 84,00 | 698,30 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|----------------|----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 58 | Горбуша в омлете | 80 | 44 | 14,5 | 11,1 | 2,5 | 167,7 |
| 198 | Картофель запеченный (из сырого) | 150 | 16 | 4,3 | 15,9 | 35,4 | 306 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3 | 3,6 | 1,1 | 21,4 | 110 |
| ИТОГО : | | 480 | 67,00 | 22,60 | 28,10 | 79,30 | 661,40 |

ИТОГО за день : **3 042** **461,00** **138,10** **126,70** **500,40** **3 413,10**

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

|| Мещеряков М.В.



МЕНЮ



Директор
Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки/ Жиры/ Углеводы | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-----------------------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-----------------------------|-----------------------------|

Комплекс на 110 руб

| | | | | | |
|----------------|---------------------------------|--------|---------------|--------------|-------|
| ТТК 222 | Гуляш из куриных грудок | 50/50 | 59,50 | 14,7/5,8/4,3 | 129 |
| ТТК 42 | Макароны с сыром | 140/10 | 19,00 | 6,9/5,8/27,4 | 192 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4,00 | 0,2/0/20 | 77,7 |
| 738 | Пирожки печеные с мясом и рисом | 73 | 27,50 | 8,4/6,5/25,6 | 196,4 |
| ИТОГО : | | | 110,00 | | |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | |
|----------------|-----------------------|-----|--------------|--------------|-------|
| ТТК 237 | Котлеты пикантные | 65 | 50,50 | 11,8/10,3/5 | 159,4 |
| ТТК 191 | Каша гречневая вязкая | 150 | 9,50 | 4,1/4,3/17,2 | 125 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4,00 | 0,2/0/20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3,00 | 3,6/1,1/21,4 | 110 |
| ИТОГО : | | | 67,00 | | |

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /




МЕНЮ

ООО МАНГО

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность (ккал) |
|---|-----------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------------|
| Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах | | | | | | | |
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 60 | 40,5 | 9,6 | 6,9 | 5,5 | 123,6 |
| ТТК 191 | Каша гречневая вязкая | 200 | 12,7 | 5,5 | 5,7 | 22,9 | 166,7 |
| ТТК 94 | Чай с молоком | 200 | 8 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 81 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 58 | 5,8 | 4,6 | 1,9 | 28,8 | 149,9 |
| ИТОГО : | | 518 | 67,00 | 21,20 | 16,10 | 73,00 | 521,20 |

| | | | | | | | |
|--|---------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах | | | | | | | |
| ТТК 241 | Суп с макаронными изделиями с курицей | 200/12,5 | 16,5 | 4,8 | 5,5 | 13,6 | 123,3 |
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 90 | 57,5 | 15,6 | 11,6 | 12,5 | 208 |
| 302/96 | Каша пшеничная вязкая | 150 | 7,5 | 4,5 | 6,1 | 25 | 178 |
| ТТК 110 | Компот из яблок | 200 | 9,5 | 0,2 | 0,1 | 25,4 | 99 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 60 | 6 | 4,8 | 1,9 | 29,8 | 155,1 |
| ИТОГО : | | 713 | 97,00 | 29,90 | 25,20 | 106,30 | 763,40 |

| | | | | | | | |
|----------------------------|----------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Комплекс на 110 руб | | | | | | | |
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 90 | 57,5 | 15,6 | 11,6 | 12,5 | 208 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 10 | 9,5 | 0 | 7,3 | 0,1 | 66 |
| ТТК 110 | Компот из яблок | 200 | 9,5 | 0,2 | 0,1 | 25,4 | 99 |
| 741 | Ватрушка с повидлом | 75 | 20 | 18,8 | 2,5 | 86,9 | 156,2 |
| ИТОГО : | | 525 | 110,00 | 42,80 | 27,30 | 160,70 | 761,20 |

| | | | | | | | |
|----------------------------|---------------------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Комплекс на 120 руб | | | | | | | |
| 241 | Суп с макаронными изделиями с курицей | 250/25 | 30,5 | 8,2 | 8,1 | 17 | 173,3 |
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 90 | 57,5 | 15,6 | 11,6 | 12,5 | 208 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 180 | 17,4 | 3,8 | 9,9 | 26,1 | 226,8 |
| ТТК 110 | Компот из яблок | 200 | 9,5 | 0,2 | 0,1 | 25,4 | 99 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 51 | 5,1 | 4,1 | 1,6 | 25,3 | 131,8 |
| ИТОГО : | | 796 | 120,00 | 31,90 | 31,30 | 106,30 | 838,90 |

| | | | | | | | |
|----------------------------------|-----------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Бесплатное питание 67 руб | | | | | | | |
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 60 | 40,5 | 9,6 | 6,9 | 5,5 | 123,6 |
| ТТК 191 | Каша гречневая вязкая | 200 | 12,7 | 5,5 | 5,7 | 22,9 | 166,7 |
| ТТК 94 | Чай с молоком | 200 | 8 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 81 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 58 | 5,8 | 4,6 | 1,9 | 28,8 | 149,9 |
| ИТОГО : | | 518 | 67,00 | 21,20 | 16,10 | 73,00 | 521,20 |

Заведующий производством

Ответственный за питание



/ Болонкина Юлия Константиновна /

Иванов М. В.

ООО МАНГО

**МЕНЮ**

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

14 ноября 2023 г.

Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность (ккал) |
|-------------------------|-------------------|---------|------------|-------|------|----------|---------------------|
|-------------------------|-------------------|---------|------------|-------|------|----------|---------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|-------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 42 | Макароньы с сыром | 175 | 24,5 | 10,1 | 9,2 | 37,9 | 275,5 |
| 182 | Кофейный напиток | 200 | 10 | 2,3 | 1,6 | 16,2 | 86 |
| 210 | Сырная палочка | 50 | 14,5 | 3,2 | 5 | 19,4 | 137 |
| ТТК 4 | Яблоко | 129 | 18 | 0,5 | 0 | 12,6 | 52,6 |
| ИТОГО : | | 554 | 67,00 | 16,10 | 15,80 | 86,10 | 551,10 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|----------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 134 | Суп крестьянский с курицей | 200/12,5 | 18 | 4,9 | 5,8 | 11 | 114,2 |
| ТТК 145 | Плов из птицы (индейка) | 230 | 70,8 | 20 | 17,3 | 42,5 | 406,9 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 70 | 4,2 | 5 | 1,5 | 30 | 154 |
| ИТОГО : | | 713 | 97,00 | 30,10 | 24,60 | 103,50 | 752,80 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------|-----|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 224 | Мясо по-албански (грудка куриная) | 80 | 78,5 | 17,6 | 15,8 | 2,6 | 224 |
| ТТК 57 | Рис припущенный | 140 | 13 | 3,2 | 3,9 | 32,9 | 183,4 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| 210 | Сырная палочка | 50 | 14,5 | 3,2 | 5 | 19,4 | 137 |
| ИТОГО : | | 470 | 110,00 | 24,20 | 24,70 | 74,90 | 622,10 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|---|-------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 134 | Суп крестьянский с курицей с крупой (пшеничная) | 250/12,5/10 | 22,5 | 5,7 | 8,3 | 14,2 | 152,6 |
| ТТК 224 | Мясо по-албански (грудка куриная) | 80 | 78,5 | 17,6 | 15,8 | 2,6 | 224 |
| ТТК 57 | Рис припущенный | 140 | 13 | 3,2 | 3,9 | 32,9 | 183,4 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 35 | 2 | 2,5 | 0,8 | 15 | 77 |
| ИТОГО : | | 728 | 120,00 | 29,20 | 28,80 | 84,70 | 714,70 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|--|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 238 | Котлеты по-хлыновски | 45 | 34,5 | 6,8 | 6,2 | 3,5 | 97,9 |
| ТТК 42 | Макароньы с сыром | 175 | 24,5 | 10,1 | 9,2 | 37,9 | 275,5 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 50 | 4 | 5,3 | 1,1 | 34,5 | 168,5 |
| ИТОГО : | | 470 | 67,00 | 22,40 | 16,50 | 95,90 | 619,60 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Директор

Согласовано




МЕНЮ



| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|---|-----------------------------|---------|---------------|-------|-------|---------------|-----------------------------|
| Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах | | | | | | | |
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 60 | 38 | 10,4 | 7,8 | 8,3 | 138,7 |
| 302/96 | Каша пшеничная вязкая | 200 | 10 | 6 | 8,1 | 33,3 | 237,3 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 60 | 6 | 4,8 | 1,9 | 29,8 | 155,1 |
| ИТОГО : | | 520 | 67,00 | 21,80 | 18,00 | 98,40 | 642,10 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|----------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК82 | Суп картофельный с горохом с курицей | 200/12,5 | 18 | 8,8 | 6,5 | 14,2 | 151,3 |
| ТТК 471 | Макаронны с курицей | 220 | 62 | 20,3 | 16,3 | 36 | 371,4 |
| 500 | Соус сметанный | 50 | 4,68 | 0,7 | 1,9 | 3,1 | 32,8 |
| ТТК 94 | Чай с молоком | 200 | 8 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 81 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 54 | 4,32 | 5,7 | 1,2 | 37,3 | 182 |
| ИТОГО : | | 737 | 97,00 | 37,00 | 27,50 | 106,40 | 818,50 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|-----|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 67 | Салат из свежих огурцов | 65 | 10 | 0,5 | 3,9 | 1,5 | 42,9 |
| ТТК 471 | Макаронны с курицей | 250 | 70,5 | 23 | 18,5 | 40,9 | 422 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| ТТК 50 | Пирожок печеный с яйцом | 75 | 15 | 7,2 | 7 | 24,8 | 192 |
| ИТОГО : | | 640 | 110,00 | 31,70 | 30,50 | 97,10 | 789,90 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК82 | Суп картофельный с горохом с курицей | 250/12,5 | 19,5 | 8,2 | 5,8 | 17,7 | 157 |
| ТТК 471 | Макаронны с курицей | 250 | 70,5 | 23 | 18,5 | 40,9 | 422 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| ТТК 50 | Пирожок печеный с яйцом | 77 | 15,5 | 7,4 | 7,2 | 25,5 | 197,1 |
| ИТОГО : | | 840 | 120,00 | 39,60 | 32,60 | 114,00 | 909,10 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 60 | 38 | 10,4 | 7,8 | 8,3 | 138,7 |
| 302/96 | Каша пшеничная вязкая | 200 | 10 | 6 | 8,1 | 33,3 | 237,3 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 60 | 6 | 4,8 | 1,9 | 29,8 | 155,1 |
| ИТОГО : | | 520 | 67,00 | 21,80 | 18,00 | 98,40 | 642,10 |

Заведующий производством



/ Болонкина Юлия Константиновна /

Ответственный за питание





МЕНЮ



| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|---------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 302 | Каша рисовая молочная | 220 | 25,85 | 6,1 | 7 | 42,7 | 259,6 |
| ТТК 16 | Какао с молоком | 200 | 17 | 3,6 | 2,7 | 22,9 | 127 |
| ТТК 7 | Батон | 53 | 3,15 | 3,8 | 1,2 | 22,7 | 116,6 |
| | Печенье "Творожное" 50 гр | 50 | 21 | 4 | 8,4 | 32,3 | 220 |
| ИТОГО : | | 523 | 67,00 | 17,50 | 19,30 | 120,60 | 723,20 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 56 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200/10 | 11 | 2,1 | 5,8 | 13,9 | 116,7 |
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 90 | 60,7 | 14,4 | 10,4 | 8,3 | 185,4 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 93 | Чай с лимоном | 200/7 | 6 | 0,2 | 0 | 15,2 | 61,1 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3 | 3,6 | 1,1 | 21,4 | 110 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 35 | 2,8 | 3,7 | 0,8 | 24,1 | 118 |
| ИТОГО : | | 742 | 97,00 | 32,20 | 23,90 | 118,70 | 823,20 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|----------------|----------------------|------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 100 | 67,5 | 16 | 11,6 | 9,2 | 206 |
| ТТК 42 | Макароны с сыром | 145 | 18,5 | 6,7 | 5,6 | 26,5 | 185,6 |
| 185 | Напиток из сока | 200 | 7,5 | 0 | 0 | 23,6 | 90 |
| ТТК | Слойка Бантик | 60 | 16,5 | 3,5 | 17,4 | 28,2 | 281,5 |
| ИТОГО : | | 505 | 110,00 | 26,20 | 34,60 | 87,50 | 763,10 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|----------------|------------------------------------|-----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 56 | Рассольник Ленинградский с курицей | 250/12,5/ 10 | 25,5 | 5,3 | 7,4 | 15,6 | 151 |
| ТТК 391 | Поджарка из индейки | 50/15 | 61,5 | 16,3 | 8 | 1,9 | 145,6 |
| 198 | Картофель запеченный (из сырого) | 150 | 16 | 4,3 | 15,9 | 35,4 | 306 |
| 185 | Напиток из сока | 200 | 7,5 | 0 | 0 | 23,6 | 90 |
| 373 | Булочка с кунжутом | 55 | 9,5 | 5 | 4,7 | 20,6 | 146,7 |
| ИТОГО : | | 743 | 120,00 | 30,90 | 36,00 | 97,10 | 839,30 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 302 | Каша рисовая молочная | 240 | 28,5 | 6,6 | 7,7 | 46,6 | 283,2 |
| ТТК 16 | Какао с молоком | 200 | 17 | 3,6 | 2,7 | 22,9 | 127 |
| 427 | Пирожок печеный мясо-капустные | 75 | 21,5 | 7,3 | 7,7 | 17,4 | 168,1 |
| ИТОГО : | | 515 | 67,00 | 17,50 | 18,10 | 86,90 | 578,30 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ /

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

17 ноября 2023 г.

Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюда | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 26 | Каша пшенная молочная с маслом | 200/10 | 23,5 | 8,1 | 10,8 | 39,9 | 290 |
| ТТК 90 | Сырники из творога | 50 | 30 | 8 | 5,3 | 11,2 | 123,9 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 7 | Батон | 42 | 2,5 | 3 | 0,9 | 18 | 92,4 |
| ИТОГО : | | 502 | 67,00 | 19,40 | 17,00 | 99,30 | 623,30 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|-----------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 100 | Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом индейки | 200/12,5/ 10 | 23 | 5,2 | 6,9 | 10,5 | 124,3 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 170 | 16,4 | 3,6 | 9,3 | 24,6 | 214,2 |
| 87/08 | Суфле "Рыбка золотая" (минтай) | 90 | 36,9 | 13,1 | 13,6 | 14 | 228,7 |
| ТТК 160 | Компот из изюма и кураги | 200 | 14 | 0,7 | 0 | 28,8 | 113 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 67 | 6,7 | 5,3 | 2,1 | 33,3 | 173,2 |
| ИТОГО : | | 750 | 97,00 | 27,90 | 31,90 | 111,20 | 853,40 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 474 | Гуляш из птицы (филе индейки) | 50/50 | 60 | 16,5 | 5,1 | 3,1 | 124,3 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 180 | 17,4 | 3,8 | 9,9 | 26,1 | 226,8 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 325 | Язычки слоеные | 80 | 21,6 | 4,6 | 23,5 | 38,7 | 380,5 |
| ИТОГО : | | 560 | 110,00 | 25,20 | 38,50 | 98,10 | 848,60 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|--|-----------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 100 | Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной | 250/12,5/ 10 | 26 | 8,5 | 8,5 | 11,7 | 157 |
| ТТК 474 | Гуляш из птицы (филе индейки) | 50/50 | 60 | 16,5 | 5,1 | 3,1 | 124,3 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 150 | 14 | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 189 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| 373 | Булочка с кунжутом | 55 | 9 | 5 | 4,7 | 20,6 | 146,7 |
| ИТОГО : | | 778 | 120,00 | 33,50 | 26,60 | 87,40 | 734,00 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|-------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 237 | Котлеты пикантные | 50 | 39 | 9,1 | 7,9 | 3,9 | 122,6 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 14,5 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 9,5 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 7 | Батон | 67 | 4 | 4,8 | 1,5 | 28,7 | 147,4 |
| ИТОГО : | | 477 | 67,00 | 17,60 | 18,20 | 86,00 | 588,60 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /



МЕНЮ



Директор
Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки/ Жиры/ Углеводы | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-----------------------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-----------------------------|-----------------------------|

Комплекс на 110 руб

| | | | | | |
|----------------|-----------------------------------|-------|---------------|----------------|-------|
| ТТК 464 | Паста с курицей и соусом Бешамель | 255 | 84,50 | 25,5/12,3/37,1 | 365,4 |
| ТТК 110 | Компот из яблок | 200 | 9,50 | 0,2/0,1/25,4 | 99 |
| 3 | Бутерброд с сыром | 45/15 | 16,00 | 7,6/5/23,6 | 170,2 |
| ИТОГО : | | | 110,00 | | |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | |
|----------------|-------------------------------|-----|--------------|---------------|-------|
| 193 | Макаронные изделия с ветчиной | 185 | 37,00 | 12,6/8,8/29,7 | 250,4 |
| ТТК 188 | Сок | 200 | 20,00 | 0/0/27,4 | 110 |
| 373 | Булочка с кунжутом | 60 | 10,00 | 5,4/5,1/22,5 | 160 |
| ИТОГО : | | | 67,00 | | |

Заведующий производством

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Ответственный за питание

/ / Мешеряков А.В.



МЕНЮ



Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюда | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|-----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 447 | Огурец соленый (гарнировка) | 40 | 6,4 | 0,3 | 4 | 0,7 | 4,4 |
| ТТК 42 | Макароны с сыром | 175 | 24,5 | 10,1 | 9,2 | 37,9 | 275,5 |
| | Печенье "Творожное" 50 гр | 0 | 21 | 4 | 8,4 | 32,3 | 220 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| ТТК 7 | Батон | 35 | 2,1 | 2,5 | 0,8 | 15 | 77 |
| ИТОГО : | | 450 | 67,00 | 17,50 | 22,60 | 112,90 | 687,90 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК82 | Суп картофельный с горохом с курицей | 200/12,5 | 18 | 8,8 | 6,5 | 14,2 | 151,3 |
| 81/08 | Фрикадельки "Петушок" | 90 | 60,3 | 12,9 | 15,4 | 8,6 | 222,6 |
| ТТК 41 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 10,5 | 5,8 | 4,9 | 35,5 | 208,9 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 53 | 4,2 | 5,6 | 1,2 | 36,6 | 178,7 |
| ИТОГО : | | 706 | 97,00 | 33,30 | 28,00 | 114,90 | 839,20 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|----------------|-----------------------|------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 53 | Помидор свежий | 10 | 3 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,4 |
| 81/08 | Фрикадельки "Петушок" | 100 | 67 | 14,3 | 17,1 | 9,5 | 247,3 |
| ТТК 42 | Макароны с сыром | 140/10 | 19 | 6,9 | 5,8 | 27,4 | 192 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 215 | Коржик молочный | 75 | 17 | 4,6 | 6,4 | 42 | 242 |
| ИТОГО : | | 535 | 110,00 | 26,10 | 29,30 | 99,30 | 760,40 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК82 | Суп картофельный с горохом с курицей | 250/12,5 | 19,5 | 8,2 | 5,8 | 17,7 | 157 |
| 719/04 | Пельмени отварные с маслом | 200/5 | 81 | 22,5 | 12,3 | 41,8 | 367,2 |
| 473/16 | Напиток витаминный (изюм, шиповник) | 200 | 9 | 0,6 | 0 | 24,1 | 94,7 |
| 373 | Булочка с кунжутом | 65 | 10,5 | 5,8 | 5,5 | 24,4 | 173,3 |
| ИТОГО : | | 728 | 120,00 | 37,10 | 23,60 | 108,00 | 792,20 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|----------------|----------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 238 | Котлеты по-хлыновски | 55 | 42,5 | 8,3 | 7,6 | 4,3 | 119,6 |
| ТТК 42 | Макароны с сыром | 140/10 | 19 | 6,9 | 5,8 | 27,4 | 192 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 25 | 1,5 | 1,8 | 0,5 | 10,7 | 55 |
| ИТОГО : | | 430 | 67,00 | 17,20 | 13,90 | 62,40 | 444,30 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

|| *Смирнов М.В.*



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

21 ноября 2023 г.

Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жир ы | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|----------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|----------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 462 | Плов из свинины | 200 | 56,8 | 16 | 13,7 | 36,2 | 342,8 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 59 | 4,7 | 6,2 | 1,3 | 40,7 | 198,9 |
| ИТОГО : | | 509 | 67,00 | 22,80 | 15,90 | 99,80 | 641,40 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 100 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/10 | 11,5 | 1,6 | 5,6 | 10,5 | 97,6 |
| ТТК 479 | Котлета из индейки | 90 | 59 | 18,2 | 7,3 | 12 | 158,5 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 6 | 5,7 | 0 | 4,4 | 0,1 | 39,6 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 55 | 3,3 | 4 | 1,2 | 23,5 | 121 |
| ИТОГО : | | 711 | 97,00 | 32,20 | 24,30 | 101,90 | 726,40 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|----------------|-----------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 447 | Огурец соленый (гарнировка) | 30 | 4,6 | 0,2 | 3 | 0,5 | 3,3 |
| ТТК 479 | Котлета из индейки | 90 | 58,5 | 18,2 | 7,3 | 12 | 158,5 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 10 | 9,5 | 0 | 7,3 | 0,1 | 66 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| 111 | Плюшка Московская с маком | 110 | 19,9 | 10,6 | 15,2 | 68,6 | 454,7 |
| ИТОГО : | | 590 | 110,00 | 37,40 | 38,60 | 137,00 | 992,20 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--|-----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 100 | Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной | 250/12,5/ 10 | 26,5 | 8,5 | 8,5 | 11,7 | 157 |
| ТТК 479 | Котлета из индейки | 90 | 58,5 | 18,2 | 7,3 | 12 | 158,5 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 10 | 9,5 | 0 | 7,3 | 0,1 | 66 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| 373 | Булочка с кунжутом | 50 | 8 | 4,5 | 4,2 | 18,7 | 133,3 |
| ИТОГО : | | 773 | 120,00 | 39,60 | 33,10 | 98,30 | 824,50 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ТТК 462 | Плов из свинины | 200 | 56,8 | 16 | 13,7 | 36,2 | 342,8 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 59 | 4,7 | 6,2 | 1,3 | 40,7 | 198,9 |
| ИТОГО : | | 509 | 67,00 | 22,80 | 15,90 | 99,80 | 641,40 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /



МЕНЮ



Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюда | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 87/08 | Суфле "Рыбка золотая" (минтай) | 90 | 36,9 | 13,1 | 13,6 | 14 | 228,7 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 15,5 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 7 | Батон | 60 | 3,6 | 4,3 | 1,3 | 25,7 | 132 |
| ИТОГО : | | 510 | 67,00 | 21,10 | 23,70 | 93,10 | 679,30 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 92 | Уха со взбитым яйцом (минтай) | 250 | 15 | 6,3 | 4,1 | 13,2 | 116 |
| ТТК 466 | Котлета "Переменка" | 90 | 54,5 | 13 | 16,4 | 11,1 | 244 |
| ТТК 309 | Картофель тушеный | 150 | 14,5 | 3 | 11 | 21,7 | 200 |
| ТТК183 | Компот из сухофруктов | 200 | 8,5 | 1,6 | 0,4 | 34,8 | 147,8 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 57 | 4,5 | 6 | 1,3 | 39,3 | 192,1 |
| ИТОГО : | | 747 | 97,00 | 29,90 | 33,20 | 120,10 | 899,90 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 466 | Котлета "Переменка" | 90 | 54,5 | 13 | 16,4 | 11,1 | 244 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 150 | 14,5 | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 189 |
| ТТК183 | Компот из сухофруктов | 200 | 8,5 | 1,6 | 0,4 | 34,8 | 147,8 |
| 11 | Пирожное бисквитное с кокосовой стружкой | 65 | 32,5 | 7,9 | 3 | 52,7 | 146 |
| ИТОГО : | | 505 | 110,00 | 25,70 | 28,10 | 120,40 | 726,80 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|----------------|-------------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 92 | Уха со взбитым яйцом (минтай) | 250 | 20 | 6,3 | 4,1 | 13,2 | 116 |
| ТТК 466 | Котлета "Переменка" | 90 | 54,5 | 13 | 16,4 | 11,1 | 244 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 15,5 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК183 | Компот из сухофруктов | 200 | 8,5 | 1,6 | 0,4 | 34,8 | 147,8 |
| 210 | Сырная палочка | 75 | 21,5 | 4,8 | 7,5 | 29,1 | 205,5 |
| ИТОГО : | | 775 | 120,00 | 29,10 | 37,20 | 111,40 | 914,90 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|----------------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 87/08 | Суфле "Рыбка золотая" (минтай) | 90 | 36,9 | 13,1 | 13,6 | 14 | 228,7 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 15,5 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 7 | Батон | 60 | 3,6 | 4,3 | 1,3 | 25,7 | 132 |
| ИТОГО : | | 510 | 67,00 | 21,10 | 23,70 | 93,10 | 679,30 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

Болонкина Юлия Константиновна /

Вешнев М.В.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

23 ноября 2023 г.

Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|----------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 196 | Каша пшеничная молочная с маслом | 200/10 | 23,5 | 8,5 | 9,7 | 32,3 | 251 |
| 182 | Кофейный напиток | 200 | 10 | 2,3 | 1,6 | 16,2 | 86 |
| ТТК 50 | Пирожок печеный с яйцом | 75 | 15 | 7,2 | 7 | 24,8 | 192 |
| ТТК 4 | Яблоко | 133 | 18,5 | 0,5 | 0 | 13 | 54,3 |
| ИТОГО : | | 618 | 67,00 | 18,50 | 18,30 | 86,30 | 583,30 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|--------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 98 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 200/10 | 10 | 1,7 | 5,7 | 7,6 | 85,5 |
| ТТК 462 | Плов из свинины | 250 | 71 | 20 | 17,1 | 45,2 | 428,6 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 50 | 5 | 4 | 1,6 | 24,8 | 129,3 |
| ИТОГО : | | 710 | 97,00 | 26,00 | 24,40 | 107,80 | 760,40 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 45 | Огурец свежий | 30 | 7,5 | 0,2 | 0 | 1 | 4,8 |
| ТТК 462 | Плов из свинины | 270 | 76,5 | 21,6 | 18,4 | 48,9 | 462,8 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 50 | Пирожок печеный с яйцом | 75 | 15 | 7,2 | 7 | 24,8 | 192 |
| ИТОГО : | | 575 | 110,00 | 29,30 | 25,40 | 104,90 | 776,60 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|--|-----------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 98 | Щи из свежей капусты с курицей со сметаной | 250/25/10 | 37 | 7,2 | 8,1 | 8,6 | 137 |
| ТТК 230 | Окорочка запеченые | 70 | 59,5 | 20,4 | 10,8 | 0,6 | 181,3 |
| 415/96 | Рис припущенный с томатом | 150 | 15,5 | 4 | 5,2 | 33 | 194,8 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 65 | 4 | 4,7 | 1,4 | 27,8 | 143 |
| ИТОГО : | | 770 | 120,00 | 36,50 | 25,50 | 90,00 | 733,80 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|---------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| 75 | Котлета "Детская" | 85 | 45,9 | 12,2 | 8,9 | 11,1 | 168 |
| 415/96 | Рис припущенный с томатом | 150 | 15,5 | 4 | 5,2 | 33 | 194,8 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 30 | 1,6 | 2,2 | 0,7 | 12,8 | 66 |
| ИТОГО : | | 465 | 67,00 | 18,60 | 14,80 | 76,90 | 506,50 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болойкина Юлия Константиновна /

/ Мещеряков М.В.



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

24 ноября 2023 г.

Директор

Согласовано

| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|----------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 26 | Каша пшеничная молочная с маслом | 200/10 | 23,5 | 8,1 | 10,8 | 39,9 | 290 |
| ТТК 90 | Сырники из творога | 50 | 30 | 8 | 5,3 | 11,2 | 123,9 |
| ТТК 94 | Чай с молоком | 200 | 8 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 81 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 55 | 5,5 | 4,4 | 1,8 | 27,3 | 142,2 |
| ИТОГО : | | 515 | 67,00 | 22,00 | 19,50 | 94,20 | 637,10 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|--------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 56 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200/10 | 11 | 2,1 | 5,8 | 13,9 | 116,7 |
| ТТК 58 | Горбуша в омлете | 100 | 55 | 18,1 | 13,9 | 3,1 | 209,6 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 160 | 15,45 | 3,4 | 8,8 | 23,2 | 201,6 |
| ТТК 183 | Компот из изюма | 200 | 11 | 0,3 | 0 | 30,2 | 117 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 57 | 4,55 | 6 | 1,3 | 39,3 | 192,1 |
| ИТОГО : | | 727 | 97,00 | 29,90 | 29,80 | 109,70 | 837,00 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------|-----|--------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 53 | Помидор свежий | 10 | 3 | 0,1 | 0 | 0,4 | 1,4 |
| ТТК 14 | Жаркое по-домашнему (говядина) | 250 | 83 | 17,3 | 18,8 | 25,9 | 344 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| 741 | Ватрушка с повидлом | 75 | 20 | 18,8 | 2,5 | 86,9 | 156,2 |
| ИТОГО : | | 535 | 110,00 | 36,40 | 21,30 | 133,20 | 579,30 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------|-----------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 56 | Рассольник Ленинградский с курицей | 250/12,5/ 10 | 25,5 | 5,3 | 7,4 | 15,6 | 151 |
| ТТК 14 | Жаркое по-домашнему (говядина) | 250 | 83 | 17,3 | 18,8 | 25,9 | 344 |
| ТТК 93 | Чай с лимоном | 200/7 | 6 | 0,2 | 0 | 15,2 | 61,1 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 55 | 5,5 | 4,4 | 1,8 | 27,3 | 142,2 |
| ИТОГО : | | 785 | 120,00 | 27,20 | 28,00 | 84,00 | 698,30 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 58 | Горбуша в омлете | 80 | 44 | 14,5 | 11,1 | 2,5 | 167,7 |
| 198 | Картофель запеченный (из сырого) | 150 | 16 | 4,3 | 15,9 | 35,4 | 306 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3 | 3,6 | 1,1 | 21,4 | 110 |
| ИТОГО : | | 480 | 67,00 | 22,60 | 28,10 | 79,30 | 661,40 |

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

|| Менеджер И.В.

25 ноября 2023 г.



МЕНЮ



| Номер сборника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки/ Жиры/ Углеводы | Калорий- ность (ккал) |
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-----------------------------|-----------------------------|
|-------------------------------|-------------------|---------|---------------|-----------------------------|-----------------------------|

Комплекс на 110 руб

| | | | | | |
|----------------|-------------------|-----|---------------|---------------|-------|
| ТТК 237 | Котлеты пикантные | 80 | 62,40 | 14,6/12,7/6,2 | 196,2 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 150 | 14,50 | 3,2/8,3/21,8 | 189 |
| ТТК 188 | Сок | 200 | 20,00 | 0/0/27,4 | 110 |
| 328 | Сдоба Выборгская | 90 | 13,10 | 9,7/4,9/66,6 | 281 |
| ИТОГО : | | | 110,00 | | |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | |
|----------------|----------------------|-----|--------------|--------------|-------|
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 70 | 47,00 | 11,2/8,1/6,4 | 144,2 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 150 | 14,50 | 3,2/8,3/21,8 | 189 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4,00 | 0,2/0/20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 25 | 1,50 | 1,8/0,5/10,7 | 55 |
| ИТОГО : | | | 67,00 | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

|| Меню № 1

Директор

Согласовано

Для документов

Жир
Угле-
воды
Калорий-
ность
(ккал)



МЕНЮ

| Номер орника сметур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|---|---------------------------------------|----------|---------------|--------|--------|---------------|-----------------------------|
| Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах | | | | | | | |
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 60 | 40,5 | 9,6 | 6,9 | 5,5 | 123,6 |
| ТТК 191 | Каша гречневая вязкая | 200 | 12,7 | 5,5 | 5,7 | 22,9 | 166,7 |
| ТТК 94 | Чай с молоком | 200 | 8 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 81 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 58 | 5,8 | 4,6 | 1,9 | 28,8 | 149,9 |
| ИТОГО : | | 518 | 67,00 | 21,20 | 16,10 | 73,00 | 521,20 |
| Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах | | | | | | | |
| ТТК 241 | Суп с макаронными изделиями с курицей | 200/12,5 | 16,5 | 4,8 | 5,5 | 13,6 | 123,3 |
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 90 | 57,5 | 15,6 | 11,6 | 12,5 | 208 |
| 302/96 | Каша пшеничная вязкая | 150 | 7,5 | 4,5 | 6,1 | 25 | 178 |
| ТТК 110 | Компот из яблок | 200 | 9,5 | 0,2 | 0,1 | 25,4 | 99 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 60 | 6 | 4,8 | 1,9 | 29,8 | 155,1 |
| ИТОГО : | | 713 | 97,00 | 29,90 | 25,20 | 106,30 | 763,40 |
| Комплекс на 110 руб | | | | | | | |
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 90 | 57,5 | 15,6 | 11,6 | 12,5 | 208 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 43 | Масло сливочное (порц) | 10 | 9,5 | 0 | 7,3 | 0,1 | 66 |
| ТТК 110 | Компот из яблок | 200 | 9,5 | 0,2 | 0,1 | 25,4 | 99 |
| 741 | Ватрушка с повидлом | 75 | 20 | 18,8 | 2,5 | 86,9 | 156,2 |
| ИТОГО : | | 525 | 110,00 | 42,80 | 27,30 | 160,70 | 761,20 |
| Комплекс на 120 руб | | | | | | | |
| 241 | Суп с макаронными изделиями с курицей | 250/25 | 30,5 | 8,2 | 8,1 | 17 | 173,3 |
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 90 | 57,5 | 15,6 | 11,6 | 12,5 | 208 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 180 | 17,4 | 3,8 | 9,9 | 26,1 | 226,8 |
| ТТК 110 | Компот из яблок | 200 | 9,5 | 0,2 | 0,1 | 25,4 | 99 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 51 | 5,1 | 4,1 | 1,6 | 25,3 | 131,8 |
| ИТОГО : | | 796 | 120,00 | 31,90 | 31,30 | 106,30 | 838,90 |
| Бесплатное питание 67 руб | | | | | | | |
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 60 | 40,5 | 9,6 | 6,9 | 5,5 | 123,6 |
| ТТК 191 | Каша гречневая вязкая | 200 | 12,7 | 5,5 | 5,7 | 22,9 | 166,7 |
| ТТК 94 | Чай с молоком | 200 | 8 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 81 |
| 542/16 | Булочка зерновая | 58 | 5,8 | 4,6 | 1,9 | 28,8 | 149,9 |
| ИТОГО : | | 518 | 67,00 | 21,20 | 16,10 | 73,00 | 521,20 |
| ИТОГО за день : | | 3 070 | 461,00 | 147,00 | 116,00 | 519,30 | 3 405,90 |

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

М.В.

ООО МАНГО

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

28 ноября 2023 г.



МЕНЮ



Директор

Согласовано



| Номер борника рецептур | Наименование блюда | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 42 | Макароны с сыром | 175 | 24,5 | 10,1 | 9,2 | 37,9 | 275,5 |
| 182 | Кофейный напиток | 200 | 10 | 2,3 | 1,6 | 16,2 | 86 |
| 210 | Сырная палочка | 50 | 14,5 | 3,2 | 5 | 19,4 | 137 |
| ТТК 4 | Яблоко | 129 | 18 | 0,5 | 0 | 12,6 | 52,6 |
| ИТОГО : | | 554 | 67,00 | 16,10 | 15,80 | 86,10 | 551,10 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|----------------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 134 | Суп крестьянский с курицей | 200/12,5 | 18 | 4,9 | 5,8 | 11 | 114,2 |
| ТТК 145 | Плов из птицы (индейка) | 230 | 70,8 | 20 | 17,3 | 42,5 | 406,9 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 70 | 4,2 | 5 | 1,5 | 30 | 154 |
| ИТОГО : | | 713 | 97,00 | 30,10 | 24,60 | 103,50 | 752,80 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------------|-----|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 224 | Мясо по-албански (грудка куриная) | 80 | 78,5 | 17,6 | 15,8 | 2,6 | 224 |
| ТТК 57 | Рис припущенный | 140 | 13 | 3,2 | 3,9 | 32,9 | 183,4 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| 210 | Сырная палочка | 50 | 14,5 | 3,2 | 5 | 19,4 | 137 |
| ИТОГО : | | 470 | 110,00 | 24,20 | 24,70 | 74,90 | 622,10 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|---|-----------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 134 | Суп крестьянский с курицей со сметаной с крупой (пшеничная) | 250/12,5/ 10 | 22,5 | 5,7 | 8,3 | 14,2 | 152,6 |
| ТТК 224 | Мясо по-албански (грудка куриная) | 80 | 78,5 | 17,6 | 15,8 | 2,6 | 224 |
| ТТК 57 | Рис припущенный | 140 | 13 | 3,2 | 3,9 | 32,9 | 183,4 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 35 | 2 | 2,5 | 0,8 | 15 | 77 |
| ИТОГО : | | 728 | 120,00 | 29,20 | 28,80 | 84,70 | 714,70 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|--|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 238 | Котлеты по-хлыновски | 45 | 34,5 | 6,8 | 6,2 | 3,5 | 97,9 |
| ТТК 42 | Макароны с сыром | 175 | 24,5 | 10,1 | 9,2 | 37,9 | 275,5 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 50 | 4 | 5,3 | 1,1 | 34,5 | 168,5 |
| ИТОГО : | | 470 | 67,00 | 22,40 | 16,50 | 95,90 | 619,60 |

ИТОГО за день : 2 934 461,00 122,00 110,40 445,10 3 260,30

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ Мещеряков М.В. /



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

29 ноября 2023 г.

Директор

Согласовано

Тол

Документов

| Номер борника рецептур | Наименование блюда | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|------------------------------|--------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 60 | 38 | 10,4 | 7,8 | 8,3 | 138,7 |
| 302/96 | Каша пшеничная вязкая | 200 | 10 | 6 | 8,1 | 33,3 | 237,3 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| 642/16 | Булочка зерновая | 60 | 6 | 4,8 | 1,9 | 29,8 | 155,1 |
| ИТОГО : | | 520 | 67,00 | 21,80 | 18,00 | 98,40 | 642,10 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|----------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК82 | Суп картофельный с горохом с курицей | 200/12,5 | 18 | 8,8 | 6,5 | 14,2 | 151,3 |
| ТТК 471 | Макаронны с курицей | 220 | 62 | 20,3 | 16,3 | 36 | 371,4 |
| 600 | Соус сметанный | 50 | 4,68 | 0,7 | 1,9 | 3,1 | 32,8 |
| ТТК 94 | Чай с молоком | 200 | 8 | 1,5 | 1,6 | 15,8 | 81 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 54 | 4,32 | 5,7 | 1,2 | 37,3 | 182 |
| ИТОГО : | | 737 | 97,00 | 37,00 | 27,50 | 106,40 | 818,50 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|-----|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 67 | Салат из свежих огурцов | 65 | 10 | 0,5 | 3,9 | 1,5 | 42,9 |
| ТТК 471 | Макаронны с курицей | 250 | 70,5 | 23 | 18,5 | 40,9 | 422 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| ТТК 60 | Пирожок печеный с яйцом | 75 | 15 | 7,2 | 7 | 24,8 | 192 |
| ИТОГО : | | 640 | 110,00 | 31,70 | 30,50 | 97,10 | 789,90 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------------|----------|--------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК82 | Суп картофельный с горохом с курицей | 250/12,5 | 19,5 | 10,3 | 7,7 | 17,7 | 182,7 |
| ТТК 471 | Макаронны с курицей | 250 | 70,5 | 23 | 18,5 | 40,9 | 422 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| ТТК 60 | Пирожок печеный с яйцом | 77 | 15,5 | 7,4 | 7,2 | 25,5 | 197,1 |
| ИТОГО : | | 840 | 120,00 | 41,70 | 34,50 | 114,00 | 934,80 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 234 | Котлета домашняя | 60 | 38 | 10,4 | 7,8 | 8,3 | 138,7 |
| 302/96 | Каша пшеничная вязкая | 200 | 10 | 6 | 8,1 | 33,3 | 237,3 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 13 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| 642/16 | Булочка зерновая | 60 | 6 | 4,8 | 1,9 | 29,8 | 155,1 |
| ИТОГО : | | 520 | 67,00 | 21,80 | 18,00 | 98,40 | 642,10 |

ИТОГО за день : 3 256 461,00 154,00 128,50 514,30 3 827,40

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ Мещеряков М.В.

ООО МАНГО

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

30 ноября 2023 г.



МЕНЮ



| Номер борника рецептур | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Угле- воды | Калорий- ность (ккал) |
|------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|
|------------------------------|-------------------|---------|---------------|-------|------|---------------|-----------------------------|

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|---------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|--------|
| 302 | Каша рисовая молочная | 220 | 25,85 | 6,1 | 7 | 42,7 | 259,6 |
| ТТК 16 | Какао с молоком | 200 | 17 | 3,6 | 2,7 | 22,9 | 127 |
| ТТК 7 | Батон | 53 | 3,15 | 3,8 | 1,2 | 22,7 | 116,6 |
| | Печенье "Творожное" 50 гр | 50 | 21 | 4 | 8,4 | 32,3 | 220 |
| ИТОГО : | | 523 | 67,00 | 17,50 | 19,30 | 120,60 | 723,20 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|--------|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 56 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200/10 | 11 | 2,1 | 5,8 | 13,9 | 116,7 |
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 90 | 60,7 | 14,4 | 10,4 | 8,3 | 185,4 |
| ТТК 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,5 | 8,2 | 5,8 | 35,8 | 232 |
| ТТК 93 | Чай с лимоном | 200/7 | 6 | 0,2 | 0 | 15,2 | 61,1 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3 | 3,6 | 1,1 | 21,4 | 110 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 35 | 2,8 | 3,7 | 0,8 | 24,1 | 118 |
| ИТОГО : | | 742 | 97,00 | 32,20 | 23,90 | 118,70 | 823,20 |

Комплекс на 110 руб

| | | | | | | | |
|---------|----------------------|-----|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 146 | Суфле "Курочка ряба" | 100 | 67,5 | 16 | 11,6 | 9,2 | 206 |
| ТТК 42 | Макароны с сыром | 145 | 18,5 | 6,7 | 5,6 | 26,5 | 185,6 |
| 185 | Напиток из сока | 200 | 7,5 | 0 | 0 | 23,6 | 90 |
| ТТК | Слойка Бантик | 60 | 16,5 | 3,5 | 17,4 | 28,2 | 281,5 |
| ИТОГО : | | 505 | 110,00 | 26,20 | 34,60 | 87,50 | 763,10 |

Комплекс на 120 руб

| | | | | | | | |
|---------|------------------------------------|-----------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК 56 | Рассольник Ленинградский с курицей | 250/12,5/ 10 | 25,5 | 5,3 | 7,4 | 15,6 | 151 |
| ТТК 391 | Поджарка из индейки | 50/15 | 61,5 | 16,3 | 8 | 1,9 | 145,6 |
| 198 | Картофель запеченный (из сырого) | 150 | 16 | 4,3 | 15,9 | 35,4 | 306 |
| 185 | Напиток из сока | 200 | 7,5 | 0 | 0 | 23,6 | 90 |
| 373 | Булочка с кунжутом | 55 | 9,5 | 5 | 4,7 | 20,6 | 146,7 |
| ИТОГО : | | 743 | 120,00 | 30,90 | 36,00 | 97,10 | 839,30 |

Бесплатное питание 67 руб

| | | | | | | | |
|---------|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| 302 | Каша рисовая молочная | 240 | 28,5 | 6,6 | 7,7 | 46,6 | 283,2 |
| ТТК 16 | Какао с молоком | 200 | 17 | 3,6 | 2,7 | 22,9 | 127 |
| 427 | Пирожок печеный мясо-капустные | 75 | 21,5 | 7,3 | 7,7 | 17,4 | 168,1 |
| ИТОГО : | | 515 | 67,00 | 17,50 | 18,10 | 86,90 | 578,30 |

ИТОГО за день : 3 028 461,00 124,30 131,90 510,80 3 727,10

Заведующий производством
Ответственный за питание/ Болонкина Юлия Константиновна /
/ /