

ООО МАНГО

**МЕНЮ**

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

4 сентября 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 38	Котлеты из филе грудки	50	31,5	10,6	4,3	9	116,1
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	12,5	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
3	Бутерброд с сыром	45/15	15,5	7,6	5	23,6	170,2
ИТОГО :		510	67,00	25,20	16,60	71,30	534,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 45	Огурец свежий	70	8,4	0,6	0	2,4	11,2
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	8,5	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
302/96	Каша пшеничная вязкая	160	8	4,8	6,5	26,7	189,9
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
542/16	Булочка зерновая	62	5,6	4,9	2	30,8	160,3
ИТОГО :		792	97,00	27,80	25,90	105,40	753,90

Комплекс на 110 руб

ТТК 45	Огурец свежий	17	2	0,1	0	0,6	2,7
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
738	Пирожки печеные с мясом и рисом	75	28	8,6	6,7	26,3	201,7
ИТОГО :		532	110,00	32,70	24,20	100,60	743,40

Комплекс на 120 руб

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/ 10	21,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	14,4	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
373	Булочка с кунжутом	70	7,1	6,3	6	26,3	186,7
ИТОГО :		793	120,00	37,80	31,90	113,00	889,20

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 38	Котлеты из филе грудки	50	31,5	10,6	4,3	9	116,1
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	12,5	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
3	Бутерброд с сыром	45/15	15,5	7,6	5	23,6	170,2
ИТОГО :		510	67,00	25,20	16,60	71,30	534,00

Заведующий производством

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Ответственный за питание

/ /



МЕНЮ



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	50	31,5	10,6	4,3	9	116,1
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	12,5	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
3	Бутерброд с сыром	45/15	15,5	7,6	5	23,6	170,2
ИТОГО :		510	67,00	25,20	16,60	71,30	534,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 45	Огурец свежий	70	8,4	0,6	0	2,4	11,2
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	8,5	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
302/96	Каша пшеничная вязкая	160	8	4,8	6,5	26,7	189,9
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
542/16	Булочка зерновая	62	5,6	4,9	2	30,8	160,3
ИТОГО :		792	97,00	27,80	25,90	105,40	753,90

Комплекс на 110 руб

ТТК 45	Огурец свежий	17	2	0,1	0	0,6	2,7
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
738	Пирожки печеные с мясом и рисом	75	28	8,6	6,7	26,3	201,7
ИТОГО :		532	110,00	32,70	24,20	100,60	743,40

Комплекс на 120 руб

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/ 10	21,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	14,4	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
373	Булочка с кунжутом	70	7,1	6,3	6	26,3	186,7
ИТОГО :		793	120,00	37,80	31,90	113,00	889,20

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 38	Котлеты из филе грудки	50	31,5	10,6	4,3	9	116,1
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	12,5	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
3	Бутерброд с сыром	45/15	15,5	7,6	5	23,6	170,2
ИТОГО :		510	67,00	25,20	16,60	71,30	534,00

Заведующий производством _____

Ответственный за питание _____

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Истева М. В.



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

5 сентября 2023 г.



МЕНЮ



Директор
Согласовано



Номер сборника рецептов	Наименование блюда	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
-------------------------	--------------------	---------	------------	-------	------	----------	---------------------

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 4	Яблоко	133	18,5	0,5	0	13	54,3
ТТК 42	Макаронны с сыром	175	24,5	8,1	6,8	32	224
182	Кофейный напиток	200	10	2,3	1,6	16,2	86
ТТК	Слойка Бантик	50	14	2,9	14,5	23,5	234,6
ИТОГО :		558	67,00	13,80	22,90	84,70	598,90

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	16,5	5,1	3,9	15,1	117,7
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	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 :		713	97,00	29,30	31,00	110,90	841,40

Комплекс на 110 руб

ТТК 53	Помидор свежий	30	3,6	0,3	0	1,2	4,2
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
111	Плюшка Московская с маком	95	16,9	9,1	13,1	59,3	392,7
ИТОГО :		575	110,00	29,10	39,20	129,30	984,40

Комплекс на 120 руб

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей (250/25)	250/25	29,5	2,7	3	18,8	115
424/04	Поджарка из свинины	50/15	56	15,5	12,6	1,1	194,6
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		715	120,00	28,00	21,00	117,20	784,60

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 451	Биточек	70	47	12,5	9,6	11,5	181,2
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		470	67,00	19,80	14,90	88,20	565,40

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Истева М. В.



МЕНЮ



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (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 16	Какао с молоком	200	17	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	40	2	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		500	67,00	22,90	19,50	81,60	591,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	16,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 471	Макаронны с курицей	250	66,5	23	18,5	40,9	422
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	63	5	6,6	1,4	43,5	212,4
ИТОГО :		776	97,00	40,30	28,90	117,30	888,70

Комплекс на 110 руб

ТТК 67	Салат из свежих огурцов	70	9,5	0,5	4,2	1,6	46,2
ТТК 471	Макаронны с курицей	260	68,5	23,9	19,2	42,5	438,9
ТТК 316	Компот из земляники	200	11,5	0,2	0,1	31,8	124
ТТК	Маффин с шоколадной крошкой	60	20,5	3,3	10,2	42,8	269
ИТОГО :		590	110,00	27,90	33,70	118,70	878,10

Комплекс на 120 руб

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	17,5	8,2	5,8	17,7	157
ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	80	73	17,6	15,8	2,6	224
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
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	55	4,5	5,8	1,2	37,9	185,4
ИТОГО :		755	120,00	38,70	28,60	100,80	819,50

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 16	Какао с молоком	200	17	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	40	2	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		500	67,00	22,90	19,50	81,60	591,00

Заведующий производством

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Ответственный за питание

Истева М. В.



МЕНЮ



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

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	190	13,3	7	5,6	42,2	250,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		530	67,00	23,70	24,30	92,70	685,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 53	Помидор свежий	70	8,4	0,7	0	2,8	9,8
ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом индейки	200/12,5/10	22	5,2	6,9	10,5	124,3
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	36	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 20	Картофельное пюре	170	14,7	3,6	9,3	24,6	214,2
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	12,5	0,7	0	28,8	113
ТТК 7	Батон	68	3,4	4,9	1,5	29,1	149,6
ИТОГО :		821	97,00	28,20	31,30	109,80	839,60

Комплекс на 110 руб

44	Салат "Витаминный" (капуста пек, морк.свеж, лук реп, перец, зел.гор)	55	11,5	0,7	1,8	6,4	45,1
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	40	14,5	15,1	15,6	254,1
ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	12,5	0,7	0	28,8	113
ТТК 49	Пирожки печеные с мясом	75	33	9,3	7,5	26,2	211
ИТОГО :		580	110,00	28,40	32,70	98,80	812,20

Комплекс на 120 руб

100	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	23,5	8,5	8,5	11,7	157
ТТК 153	Отбивная из куриной грудки под шубой	100	76,5	21,7	10,7	4,2	200,7
ТТК 20	Картофельное пюре	160	13,5	3,4	8,8	23,2	201,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		793	120,00	38,10	29,30	84,80	769,00

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	190	13,3	7	5,6	42,2	250,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		530	67,00	23,70	24,30	92,70	685,30

Заведующий производством _____

Ответственный за питание _____

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ Истеев М. В. /



МЕНЮ



Директор
Для
Согласовано

[Signature]

Номер сборки рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (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
90	Сырники из творога со сгущенкой	50	30	8,4	3,3	13	114,6
ТТК 29	Кисель витаминный	200	11	0	0	26,3	105,7
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		510	67,00	20,10	15,20	100,60	620,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/10	21,5	5	7,3	13,9	142,4
81/08	Фрикадельки "Петушок"	90	56,7	12,9	15,4	8,6	222,6
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	170	10,7	4,6	4,9	19,5	141,7
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	58	4,6	6,1	1,3	40	195,5
ИТОГО :		741	97,00	28,80	28,90	102,00	779,90

Комплекс на 110 руб

447	Огурец соленый (гарнировка)	30	4,8	0,2	3	0,5	3,3
81/08	Фрикадельки "Петушок"	100	63	14,3	17,1	9,5	247,3
ТТК 309	Картофель тушеный	150	12,5	3	11	21,7	200
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	12,5	0,7	0	28,8	113
210	Сырная палочка	61	17,2	3,9	6,1	23,7	167,1
ИТОГО :		541	110,00	22,10	37,20	84,20	730,70

Комплекс на 120 руб

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей	250/12,5/10	23,5	5,3	7,4	15,6	151
81/08	Фрикадельки "Петушок"	100	63	14,3	17,1	9,5	247,3
ТТК 309	Картофель тушеный	150	12,5	3	11	21,7	200
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
210	Сырная палочка	53	15	3,4	5,3	20,6	145,2
ИТОГО :		783	120,00	26,20	40,80	82,60	804,60

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	235	26	9,1	12,1	44,6	324,5
ТТК 29	Кисель витаминный	200	11	0	0	26,3	105,7
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	30	9,3	15	22,3	263
ИТОГО :		525	67,00	18,40	27,10	93,20	693,20

Заведующий производством
Ответственный за питание

[Signature]

/ Болонкина Юлия Константиновна /
[Signature]

Директор

Согласовано
документ

МЕНЮ



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 53	Помидор свежий	25	3	0,3	0	1	3,5
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	10,5	5,5	4,4	33,3	198
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	56	2,8	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		511	67,00	22,20	23,00	83,10	627,20

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	16,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	90	56,7	14,4	10,4	8,3	184,7
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	11,2	5,9	4,7	35,5	211,2
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	64	5,1	6,7	1,4	44,1	215,7
ИТОГО :		727	97,00	37,30	24,60	117,90	843,90

Комплекс на 110 руб

ТТК 45	Огурец свежий	30	3,6	0,2	0	1	4,8
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	100	63	16	11,6	9,2	205,2
ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	19	6,9	5,8	27,4	192
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
741	Ватрушка с повидлом	80	20,9	20	2,6	92,7	166,7
ИТОГО :		560	110,00	43,30	20,00	150,30	646,40

Комплекс на 120 руб

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	17,5	8,2	5,8	17,7	157
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	100	63	16	11,6	9,2	205,2
ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	19	6,9	5,8	27,4	192
ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
ТТК 7	Батон	10	0,5	0,7	0,2	4,3	22
ИТОГО :		723	120,00	31,80	23,40	86,00	686,20

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 45	Огурец свежий	25	3	0,2	0	0,9	4
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	10,5	5,5	4,4	33,3	198
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	56	2,8	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		511	67,00	22,10	23,00	83,00	627,70

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ / Мещеряков А.В.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

12 сентября 2023 г.

Директор

Согласовано

документа

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 46	Огурец свежий	30	3,6	0,2	0	1	4,8
ТТК 462	Плов из свинины	200	53,2	16	13,7	36,2	342,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	54	2,7	3,9	1,2	23,1	118,8
ИТОГО :		541	67,00	20,70	15,80	78,40	549,50

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	10	1,6	5,6	10,5	97,6
ТТК 479	Котлета из индейки	90	57,5	18,2	7,3	12	158,5
ТТК 20	Картофельное пюре	170	14,7	3,6	9,3	24,6	214,2
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
642/16	Булочка зерновая	59	5,3	4,7	1,9	29,3	152,5
ИТОГО :		729	97,00	28,30	24,20	101,80	721,80

Комплекс на 110 руб

ТТК	Салат "Приморский" (капуста пекинская, морская кап, яйцо, масло раст)	80	21,5	0,7	4,2	2,8	51,8
ТТК 462	Плов из свинины	250	66,5	20	17,1	45,2	428,6
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	13,5	7,2	7	24,8	192
ИТОГО :		605	110,00	29,50	28,70	107,60	820,20

Комплекс на 120 руб

100	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/ 10	23,5	8,5	8,5	11,7	157
ТТК 475	Котлета из филе индейки	90	61	19,4	5	15,9	185,4
ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	78	14	7,5	7,3	25,8	199,7
ИТОГО :		791	120,00	40,20	29,50	110,00	878,90

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 46	Огурец свежий	30	3,6	0,2	0	1	4,8
ТТК 462	Плов из свинины	200	53,2	16	13,7	36,2	342,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	54	2,7	3,9	1,2	23,1	118,8
ИТОГО :		541	67,00	20,70	15,80	78,40	549,50

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

13 сентября 2023 г.

Директор

Согласовано



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

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 53	Помидор свежий	45	5,4	0,5	0	1,8	6,3
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	36	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	8	0,6	0	24,1	94,7
542/16	Булочка зерновая	52	4,6	4,1	1,7	25,8	134,4
ИТОГО :		537	67,00	21,50	23,60	87,50	653,10

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/12,5	18	5,7	4,5	18,8	140,7
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		773	97,00	33,60	33,40	106,30	863,40

Комплекс на 110 руб

368	Салат из пекинской капусты с огурцами и помидорами	70	11	0,7	6,9	1,7	72,8
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 316	Компот из земляники	200	11,5	0,2	0,1	31,8	124
ТТК 205	Кекс Майский	100	15	5,7	21,2	56,2	409
ИТОГО :		620	110,00	30,00	55,80	131,50	1 118,80

Комплекс на 120 руб

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей (250/25)	250/25	29,5	2,7	3	18,8	115
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	170	15,5	9,3	6,6	40,6	262,9
ТТК 316	Компот из земляники	200	11,5	0,2	0,1	31,8	124
542/16	Булочка зерновая	50	4,5	4	1,6	24,8	129,3
ИТОГО :		770	120,00	31,40	33,10	122,00	912,20

Бесплатное питание 67 руб

87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	105	42	15,2	15,9	16,4	266,8
ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	8	0,6	0	24,1	94,7
542/16	Булочка зерновая	45	4	3,6	1,4	22,3	116,3
ИТОГО :		500	67,00	22,60	25,60	84,60	666,80

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ Мещеряков М.В.



МЕНЮ



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (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	13,5	7,2	7	24,8	192
ТТК 4	Яблоко	143	20	0,6	0	14	58,3
ИТОГО :		628	67,00	18,60	18,30	87,30	587,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 45	Огурец свежий	70	8,4	0,6	0	2,4	11,2
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	8,5	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 462	Плов из свинины	250	66,5	20	17,1	45,2	428,6
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
542/16	Булочка зерновая	57	5,1	4,5	1,8	28,3	147,4
ИТОГО :		787	97,00	28,40	25,00	118,30	820,50

Комплекс на 110 руб

53	Салат "Веснушка" (капуста пек, кукур.конс, масло)	70	15	1	3,6	5,6	58,1
ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	80	73	17,6	15,8	2,6	224
304/ТТК	Каша пшеничная вязкая	150	7,5	4,4	6,9	23,9	180
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
373	Булочка с кунжутом	60	6	5,4	5,1	22,5	160
ИТОГО :		560	110,00	30,00	31,80	89,40	769,90

Комплекс на 120 руб

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	21,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК	Мясо по-французски (грудка куриная)	150	91,5	23,8	16,7	9,9	287,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
542/16	Булочка зерновая	40	3,5	3,2	1,3	19,9	103,4
ИТОГО :		663	120,00	34,40	26,10	58,40	605,70

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 451	Биточек	70	46,5	12,5	9,6	11,5	181,2
304/ТТК	Каша пшеничная вязкая	150	7,5	4,4	6,9	23,9	180
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
542/16	Булочка зерновая	50	4,5	4	1,6	24,8	129,3
ИТОГО :		470	67,00	22,50	18,50	95,00	638,30

Заведующий производством _____

Ответственный за питание _____

/ Болонкина Юлия Константиновна /

|| *Метелко М.В.*



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

15 сентября 2023 г.

Директор
ДЛЯ
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 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	7,5	1,5	1,6	15,8	81
542/16	Булочка зерновая	67	6	5,3	2,1	33,3	173,2
ИТОГО :		527	67,00	22,90	19,80	100,20	668,10

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	10	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	54	13	16,4	11,1	244
ТТК 418	Рагу из картофеля с кабачками	150	19	2	6,7	15,1	129,4
ТТК 183	Компот из изюма	200	8,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	69	5,5	7,3	1,5	47,6	232,6
ИТОГО :		719	97,00	24,70	30,40	117,90	839,70

Комплекс на 110 руб

ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	54	13	16,4	11,1	244
ТТК 418	Рагу из картофеля с кабачками	150	19	2	6,7	15,1	129,4
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
739/96	Слойка со сгущенкой	74	31	5,8	10,7	15,8	179,6
ИТОГО :		521	110,00	21,00	33,80	57,20	614,10

Комплекс на 120 руб

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/10	21,5	5	7,3	13,9	142,4
ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	80	73	17,6	15,8	2,6	224
ТТК 195	Рис припущенный с овощами (лук репка, морковь, кукуруза конс)	150	19	3,3	7,4	29,7	201
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		713	120,00	30,40	31,80	91,90	777,10

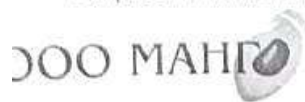
Бесплатное питание 67 руб

75	Котлета "Детская"	65	36	9,3	6,8	8,5	128,4
ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		475	67,00	18,90	19,20	64,20	499,40

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ *Исменев А.В.*

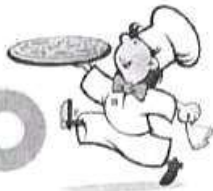


МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

16 сентября 2023 г.



МЕНЮ




Директор

Согласовано



Номер борника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки Жиры Углеводы	Калорий- ность (ккал)
Комплекс на 110 руб					
ТТК 223	Колбаски русские	85	56,50	10,3/6,8/3,4	115,6
ТТК 42	Макароны с сыром	170	21,50	7,8/6,6/31,1	217,6
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,50	1,6/0,4/34,8	147,8
ТТК	Рогалик обсыпной с конфитюром	110	23,50	14,4/10,7/84,3	361,2
ИТОГО :			110,00		
Бесплатное питание 67 руб					
ТТК 146	Суфле "Куручка ряба"	70	44,00	11,2/8,1/6,4	143,6
ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	19,00	6,9/5,8/27,4	192
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,50	0,2/0/20	77,7
ТТК 7	Батон	10	0,50	0,7/0,2/4,3	22
ИТОГО :			67,00		

Заведующий производством
 Ответственный за питание

 / Болонкина Юлия Константиновна /
 || Менеев М.В.



МЕНЮ



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

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 38	Котлеты из филе грудки	50	31,5	10,6	4,3	9	116,1
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	12,5	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
3	Бутерброд с сыром	45/15	15,5	7,6	5	23,6	170,2
ИТОГО :		510	67,00	25,20	16,60	71,30	534,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 45	Огурец свежий	70	8,4	0,6	0	2,4	11,2
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	8,5	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
302/96	Каша пшеничная вязкая	160	8	4,8	6,5	26,7	189,9
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
542/16	Булочка зерновая	62	5,6	4,9	2	30,8	160,3
ИТОГО :		792	97,00	27,80	25,90	105,40	753,90

Комплекс на 110 руб

ТТК 45	Огурец свежий	17	2	0,1	0	0,6	2,7
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
738	Пирожки печеные с мясом и рисом	75	28	8,6	6,7	26,3	201,7
ИТОГО :		532	110,00	32,70	24,20	100,60	743,40

Комплекс на 120 руб

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	21,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	14,4	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
373	Булочка с кунжутом	70	7,1	6,3	6	26,3	186,7
ИТОГО :		793	120,00	37,80	31,90	113,00	889,20

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 38	Котлеты из филе грудки	70	44,5	14,8	6	12,6	162,6
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	12,5	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		520	67,00	25,40	14,40	72,70	520,30

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Мешков М.В.



МЕНЮ

Директор

Согласовано

Для документа

№ 23/09/2023

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

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 4	Яблоко	133	18,5	0,5	0	13	54,3
ТТК 42	Макароны с сыром	175	24,5	8,1	6,8	32	224
162	Кофейный напиток	200	10	2,3	1,6	16,2	86
ТТК	Слойка Бантик	50	14	2,9	14,5	23,5	234,6
ИТОГО :		558	67,00	13,80	22,90	84,70	598,90

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	16,5	5,1	3,9	15,1	117,7
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	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 :		713	97,00	29,30	31,00	110,90	841,40

Комплекс на 110 руб

ТТК 53	Помидор свежий	30	3,6	0,3	0	1,2	4,2
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
111	Плюшка Московская с маком	95	16,9	9,1	13,1	59,3	392,7
ИТОГО :		575	110,00	29,10	39,20	129,30	984,40

Комплекс на 120 руб

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей (250/25)	250/25	29,5	2,7	3	18,8	115
424/04	Поджарка из свинины	50/15	56	15,5	12,6	1,1	194,6
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		715	120,00	28,00	21,00	117,20	784,60

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 451	Биточек	70	47	12,5	9,6	11,5	181,2
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		470	67,00	19,80	14,90	88,20	565,40

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

М.П. М.В.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

20 сентября 2023 г.

Директор

Согласовано

документа

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 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 16	Какао с молоком	200	17	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	40	2	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		500	67,00	22,90	19,50	81,60	591,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	16,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 471	Макаронны с курицей	250	66,5	23	18,5	40,9	422
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	63	5	6,6	1,4	43,5	212,4
ИТОГО :		776	97,00	40,30	28,90	117,30	888,70

Комплекс на 110 руб

ТТК 67	Салат из свежих огурцов	70	9,5	0,5	4,2	1,6	46,2
ТТК 471	Макаронны с курицей	260	68,5	23,9	19,2	42,5	438,9
ТТК 316	Компот из земляники	200	11,5	0,2	0,1	31,8	124
ТТК	Маффин с шоколадной крошкой	60	20,5	3,3	10,2	42,8	269
ИТОГО :		590	110,00	27,90	33,70	118,70	878,10

Комплекс на 120 руб

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	17,5	8,2	5,8	17,7	157
ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	80	73	17,6	15,8	2,6	224
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
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	55	4,5	5,8	1,2	37,9	185,4
ИТОГО :		755	120,00	38,70	28,60	100,80	819,50

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 16	Какао с молоком	200	17	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	40	2	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		500	67,00	22,90	19,50	81,60	591,00

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ Мещеряков М.В.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

21 сентября 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 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	190	13,3	7	5,6	42,2	250,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		530	67,00	23,70	24,30	92,70	685,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 53	Помидор свежий	70	8,4	0,7	0	2,8	9,8
ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом индейки	200/12,5/ 10	22	5,2	6,9	10,5	124,3
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	36	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 20	Картофельное пюре	170	14,7	3,6	9,3	24,6	214,2
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	12,5	0,7	0	28,8	113
ТТК 7	Батон	68	3,4	4,9	1,5	29,1	149,6
ИТОГО :		821	97,00	28,20	31,30	109,80	839,60

Комплекс на 110 руб

44	Салат "Витаминный" (капуста пек, морк.свеж, лук реп, перец, зел.гор)	55	11,5	0,7	1,8	6,4	45,1
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	40	14,5	15,1	15,6	254,1
ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	12,5	0,7	0	28,8	113
ТТК 49	Пирожки печеные с мясом	75	33	9,3	7,5	26,2	211
ИТОГО :		580	110,00	28,40	32,70	98,80	812,20

Комплекс на 120 руб

100	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/ 10	23,5	8,5	8,5	11,7	157
ТТК 153	Отбивная из куриной грудки под шубой	100	76,5	21,7	10,7	4,2	200,7
ТТК 20	Картофельное пюре	160	13,5	3,4	8,8	23,2	201,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		793	120,00	38,10	29,30	84,80	769,00

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	190	13,3	7	5,6	42,2	250,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		530	67,00	23,70	24,30	92,70	685,30

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

М.В.



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 26	Каша пшенная молочная с маслом	200/10	23,5	8,1	10,8	39,9	290
90	Сырники из творога со сгущенкой	50	30	8,4	3,3	13	114,6
ТТК 29	Кисель витаминный	200	11	0	0	26,3	105,7
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		510	67,00	20,10	15,20	100,60	620,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/ 10	21,5	5	7,3	13,9	142,4
81/08	Фрикадельки "Петушок"	90	56,7	12,9	15,4	8,6	222,6
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	170	10,7	4,6	4,9	19,5	141,7
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	58	4,6	6,1	1,3	40	195,5
ИТОГО :		741	97,00	28,80	28,90	102,00	779,90

Комплекс на 110 руб

447	Огурец соленый (гарнировка)	30	4,8	0,2	3	0,5	3,3
81/08	Фрикадельки "Петушок"	100	63	14,3	17,1	9,5	247,3
ТТК 309	Картофель тушеный	150	12,5	3	11	21,7	200
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	12,5	0,7	0	28,8	113
210	Сырная палочка	61	17,2	3,9	6,1	23,7	167,1
ИТОГО :		541	110,00	22,10	37,20	84,20	730,70

Комплекс на 120 руб

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей	250/12,5/ 10	23,5	5,3	7,4	15,6	151
81/08	Фрикадельки "Петушок"	100	63	14,3	17,1	9,5	247,3
ТТК 309	Картофель тушеный	150	12,5	3	11	21,7	200
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
210	Сырная палочка	53	15	3,4	5,3	20,6	145,2
ИТОГО :		783	120,00	26,20	40,80	82,60	804,60

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 26	Каша пшенная молочная с маслом	235	26	9,1	12,1	44,6	324,5
ТТК 29	Кисель витаминный	200	11	0	0	26,3	105,7
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	30	9,3	15	22,3	263
ИТОГО :		525	67,00	18,40	27,10	93,20	693,20

Заведующий производством _____

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Ответственный за питание _____

/ Мещеряков А. В. /

ООО МАНГО

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

23 сентября 2023 г.



МЕНЮ



Директор
Согласовано



Номер борника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки/Жиры/Углеводы	Калорийность (ккал)
Комплекс на 110 руб					
ТТК 227	Биточки по-белорусски	70	64,20	12,2/9,8/0,7	140
ТТК 57	Рис припущенный	180	16,80	4,1/5/42,3	235,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,50	0,4/0,9/2,9	22
ТТК 188	Сок	200	20,00	0/0/27,4	110
15	Булочка (хлеб) Спортивный	50	7,50	6,1/4,5/19	142
ИТОГО :			110,00		
Бесплатное питание 67 руб					
ТТК 451	Биточек	70	47,00	12,5/9,6/11,5	181,2
ТТК 57	Рис припущенный	150	14,00	3,5/4,2/35,3	196,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,50	0,2/0/20	77,7
ТТК 7	Батон	50	2,50	3,6/1,1/21,4	110
ИТОГО :			67,00		
Всего меню на сумму :			177,00		

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /
/ Мещеряк Н.В.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

25 сентября 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 53	Помидор свежий	25	3	0,3	0	1	3,5
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	10,5	5,5	4,4	33,3	198
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	56	2,8	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		511	67,00	22,20	23,00	83,10	627,20

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	16,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	90	56,7	14,4	10,4	8,3	184,7
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	11,2	5,9	4,7	35,5	211,2
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	64	5,1	6,7	1,4	44,1	215,7
ИТОГО :		727	97,00	37,30	24,60	117,90	843,90

Комплекс на 110 руб

ТТК 45	Огурец свежий	40	4,6	0,3	0	1,4	6,4
437/04	Гуляш из свинины	100	57	16,6	10	3,1	183,8
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	90	23,4	22,5	3	104,2	187,5
ИТОГО :		587	110,00	46,50	18,80	151,30	630,80

Комплекс на 120 руб

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	17,5	8,2	5,8	17,7	157
437/04	Гуляш из свинины	100	57	16,6	10	3,1	183,8
ТТК 42	Макаронны с сыром	140/10	19	6,9	5,8	27,4	192
ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
15	Булочка (хлеб) Спортивный	45	6,5	5,5	4,1	17,1	127,8
ИТОГО :		758	120,00	37,20	25,70	92,70	770,60

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 45	Огурец свежий	25	3	0,2	0	0,9	4
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	10,5	5,5	4,4	33,3	198
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	56	2,8	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		511	67,00	22,10	23,00	83,00	627,70

Заведующий производством

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Ответственный за питание

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

26 сентября 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 45	Огурец свежий	30	3,6	0,2	0	1	4,8
ТТК 462	Плов из свинины	200	53,2	16	13,7	36,2	342,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	54	2,7	3,9	1,2	23,1	118,8
ИТОГО :		541	67,00	20,70	15,80	78,40	549,50

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	10	1,6	5,6	10,5	97,6
ТТК 479	Котлета из индейки	90	57,5	18,2	7,3	12	158,5
ТТК 20	Картофельное пюре	170	14,7	3,6	9,3	24,6	214,2
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
542/16	Булочка зерновая	59	5,3	4,7	1,9	29,3	152,5
ИТОГО :		729	97,00	28,30	24,20	101,80	721,80

Комплекс на 110 руб

ТТК	Салат "Приморский" (капуста пекинская, морская кап, яйцо, масло раст)	80	21,5	0,7	4,2	2,8	51,8
ТТК 462	Плов из свинины	250	66,5	20	17,1	45,2	428,6
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	13,5	7,2	7	24,8	192
ИТОГО :		605	110,00	29,50	28,70	107,60	820,20

Комплекс на 120 руб

100	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/ 10	23,5	8,5	8,5	11,7	157
ТТК 475	Котлета из филе индейки	90	61	19,4	5	15,9	185,4
ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	78	14	7,5	7,3	25,8	199,7
ИТОГО :		791	120,00	40,20	29,50	110,00	878,90

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 45	Огурец свежий	30	3,6	0,2	0	1	4,8
ТТК 462	Плов из свинины	200	53,2	16	13,7	36,2	342,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	54	2,7	3,9	1,2	23,1	118,8
ИТОГО :		541	67,00	20,70	15,80	78,40	549,50

Заведующий производством

Ответственный за питание

Болонкина Юлия Константиновна /

И.И. М.В.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

27 сентября 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 62	Помидор свежий	45	5,4	0,5	0	1,8	6,3
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	36	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	8	0,6	0	24,1	94,7
542/16	Булочка зерновая	52	4,6	4,1	1,7	25,8	134,4
ИТОГО :		537	67,00	21,50	23,60	87,50	653,10

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах							
83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250/12,5	18	5,7	4,5	18,8	140,7
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		773	97,00	33,60	33,40	106,30	863,40

Комплекс на 110 руб							
368	Салат из пекинской капусты с огурцами и помидорами	70	11	0,7	6,9	1,7	72,8
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 316	Компот из земляники	200	11,5	0,2	0,1	31,8	124
ТТК 205	Кекс Майский	100	15	5,7	21,2	56,2	409
ИТОГО :		620	110,00	30,00	55,80	131,50	1 118,80

Комплекс на 120 руб							
83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей (250/25)	250/25	29,5	2,7	3	18,8	115
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	170	15,5	9,3	6,6	40,6	262,9
ТТК 316	Компот из земляники	200	11,5	0,2	0,1	31,8	124
542/16	Булочка зерновая	50	4,5	4	1,6	24,8	129,3
ИТОГО :		770	120,00	31,40	33,10	122,00	912,20

Бесплатное питание 67 руб							
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	105	42	15,2	15,9	16,4	266,8
ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	8	0,6	0	24,1	94,7
542/16	Булочка зерновая	45	4	3,6	1,4	22,3	116,3
ИТОГО :		500	67,00	22,60	25,60	84,60	666,80

Заведующий производством
Ответственный за питание

Боложкина Юлия Константиновна /

М.В.

ООО МАНГО

**МЕНЮ**

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

28 сентября 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	13,5	7,2	7	24,8	192
ТТК 4	Яблоко	143	20	0,6	0	14	58,3
ИТОГО :		628	67,00	18,60	18,30	87,30	587,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 45	Огурец свежий	70	8,4	0,6	0	2,4	11,2
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	8,5	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 462	Плов из свинины	250	66,5	20	17,1	45,2	428,6
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
542/16	Булочка зерновая	57	5,1	4,5	1,8	28,3	147,4
ИТОГО :		787	97,00	28,40	25,00	118,30	820,50

Комплекс на 110 руб

53	Салат "Веснушка" (капуста пек, кукур.конс, масло)	70	15	1	3,6	5,6	58,1
ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	80	73	17,6	15,8	2,6	224
304/ТТК	Каша пшеничная вязкая	150	7,5	4,4	6,9	23,9	180
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
373	Булочка с кунжутом	60	6	5,4	5,1	22,5	160
ИТОГО :		560	110,00	30,00	31,80	89,40	769,90

Комплекс на 120 руб

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/ 10	21,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК	Мясо по-французски (грудка куриная)	150	91,5	23,8	16,7	9,9	287,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
542/16	Булочка зерновая	40	3,5	3,2	1,3	19,9	103,4
ИТОГО :		663	120,00	34,40	26,10	58,40	605,70

Бесплатное питание 67 руб

ТТК 451	Биточек	70	46,5	12,5	9,6	11,5	181,2
304/ТТК	Каша пшеничная вязкая	150	7,5	4,4	6,9	23,9	180
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	8,5	1,6	0,4	34,8	147,8
542/16	Булочка зерновая	50	4,5	4	1,6	24,8	129,3
ИТОГО :		470	67,00	22,50	18,50	95,00	638,30

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ /

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

29 сентября 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 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	7,5	1,5	1,6	15,8	81
542/16	Булочка зерновая	67	6	5,3	2,1	33,3	173,2
ИТОГО :		527	67,00	22,90	19,80	100,20	668,10

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	10	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	54	13	16,4	11,1	244
ТТК 418	Рагу из картофеля с кабачками	150	19	2	6,7	15,1	129,4
ТТК 183	Компот из изюма	200	8,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	69	5,5	7,3	1,5	47,6	232,6
ИТОГО :		719	97,00	24,70	30,40	117,90	839,70

Комплекс на 110 руб

ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	54	13	16,4	11,1	244
ТТК 418	Рагу из картофеля с кабачками	150	19	2	6,7	15,1	129,4
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
739/96	Слойка со сгущенкой	74	31	5,8	10,7	15,8	179,6
ИТОГО :		521	110,00	21,00	33,80	57,20	614,10

Комплекс на 120 руб

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/10	21,5	5	7,3	13,9	142,4
ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	80	73	17,6	15,8	2,6	224
ТТК 195	Рис припущенный с овощами (лук репка, морковь, кукуруза конс)	150	19	3,3	7,4	29,7	201
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		713	120,00	30,40	31,80	91,90	777,10

Бесплатное питание 67 руб

75	Котлета "Детская"	65	36	9,3	6,8	8,5	128,4
ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		475	67,00	18,90	19,20	64,20	499,40

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

|| Семин М.В.