

Утверждаю

Генеральный директор ООО «Манго»

01.09.2024

Согласовано

Директор



Меню
Обеды для детей,
обучающихся 5-11 классы,
(12-18 лет)
2024 г.

ООО МАНГО



МЕНЮ

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

30 августа 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Комплекс на 140 руб

ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	25	5,6	7,9	13	144,7
ТТК 20	Картофельное пюре	180	23	3,8	9,9	26,1	226,8
ТТК 58	Горбуша в омлете	100	73	18,1	13,9	3,1	209,6
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	45	4,5	4,7	1	31	151,7
	ИТОГО :	848	140,00	36,10	33,90	114,80	921,80

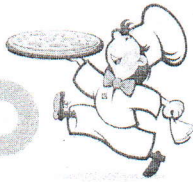
Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

30 августа 2024 г.

Директор
Согласовано



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
Комплекс на 140 руб							
ТТК 56	Рассольник Ленинградский с фрикадельками	250/10/17,5	33	2,4	6,5	15,7	156
ТТК 195	Рис припущенный с овощами (лук репка, морковь, кукуруза конс)	180	26	4	8,9	35,6	241,2
ТТК 153	Отбивная из куриной грудки под шубой	100	69,5	21,7	10,7	4,2	200,7
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	40	4	4,2	0,9	27,6	134,8
ИТОГО :		838	140,00	35,40	27,90	120,20	898,40

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
 Ответственный за питание _____ / /



МЕНЮ

Директор

Согласовано



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
Комплекс на 140 руб							
241	Суп с макаронными изделиями с фрикадельками	250/17,5	23	6,3	7	17,1	156,3
ТТК 402	Рагу Школьное (кабачки, карт, морк, лук, капуста, зел гор)	200	27,3	3,3	10,7	18,5	173,5
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
319	Компот из чернослива	200	21,5	0,5	0,2	26,7	108
ТТК 7	Батон	52	5,2	3,7	1,1	22,3	114,4
15	Булочка (хлеб) Спортивный	50	8	6,1	4,5	19	142
	ИТОГО :	860	140,00	32,90	39,90	114,70	938,20

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
Ответственный за питание _____ //



МЕНЮ

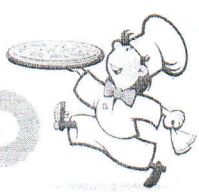
Директор
Согласовано
Для документов
18.10.2388

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

Комплекс на 140 руб

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/25/10	33,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 67	Салат из свежих огурцов	60	12	0,4	3,6	1,4	39,6
ТТК 464	Паста с курицей и соусом Бешамель	255	77	25,5	12,3	37,1	365,4
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	4	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	5	6	0	3,7	0,1	33
	ИТОГО :	905	140,00	42,20	29,90	123,10	931,20

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антониде Николаевна /
Ответственный за питание _____ / /



МЕНЮ

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

30 августа 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Комплекс на 140 руб

92	Уха со взбитым яйцом	250	40	6,3	4,1	13,2	116
ТТК 145	Плов из птицы (индейка)	270	83	23,5	20,4	49,9	477,7
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	40	4	4,2	0,9	27,6	134,8
	ИТОГО :	800	140,00	38,50	26,70	142,60	964,30

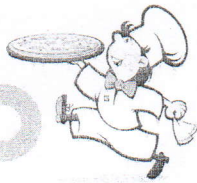
Заведующий производством _____ / Ярмиева Антониды Николаевна /
 Ответственный за питание _____ //



30 августа 2024 г.



МЕНЮ



Директор

Согласовано



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
Комплекс на 140 руб							
ТТК 134	Суп крестьянский с курицей со сметаной с крупой (пшеничная)	250/12,5/10	21,5	5,7	8,3	14,2	152,6
ТТК 68	Салат из свежих помидоров	75	15	0,8	4,6	2,6	55,5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 479	Котлета из индейки	90	60,5	18,2	7,3	12	176,5
181	Напиток клюквенный	200	22	0,1	0	22,6	89
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	40	4	4,2	0,9	27,6	134,8
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
	ИТОГО :	868	140,00	40,10	27,80	131,90	928,40

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
Ответственный за питание _____

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

30 августа 2024 г.

ООО МАНГО



МЕНЮ

Директор

Согласовано



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

Комплекс на 140 руб

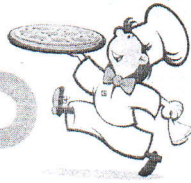
ТТК 98	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	22,5	5,7	7,9	9,4	129,6
52	Салат из свеклы отварной	100	8,5	1,4	6,1	8,4	93,8
ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	210	82,5	21	20,6	34,7	415,8
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
	ИТОГО :	883	140,00	38,00	36,90	135,90	1 027,70

Заведующий производством _____
Ответственный за питание _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /



МЕНЮ



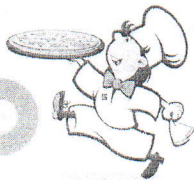
МБОУ «ИЕГП «Школа-30»
30 августа 2024 г.

Директор _____
Согласовано _____
Для документов
Кингисеппский район
Муниципальное бюджетное учреждение
«Школа-30»
ИНН 1831030000

Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
Комплекс на 140 руб							
ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/12,5	15,5	5,5	7	15,5	146,8
ТТК 57	Рис припущенный	150	16,5	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	100	84	22	19,8	3,3	280
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
	ИТОГО :	863	140,00	40,90	34,30	139,90	1 034,80

Заведующий производством _____
 Ответственный за питание _____ / Ярмиева Антониде Николаевна /

ООО МАНГО



МЕНЮ

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

30 августа 2024 г.

Директор

Согласовано



Номер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
Комплекс на 140 руб							
ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	250/12,5/10	27	5,3	7,4	15,6	151
65	Салат из свежей капусты	80	5	1,2	4	7,4	69,6
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 13	Гуляш из говядины	100	74,5	14,2	16,1	5,9	225
ТТК 110	Компот из яблок	200	11,5	0,2	0,1	25,4	99
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
	ИТОГО :	903	140,00	35,60	34,70	145,70	1 032,00

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
 Ответственный за питание _____ //

ООО МАНГО

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

30 августа 2024 г.



МЕНЮ



Директор

Согласовано



документов
углевод
Калорийность
(ккал)

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

Комплекс на 140 руб

ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	25	5,6	7,9	13	144,7
443	Салат "Осень" (капуста пек, свекла, морковь)	90	8,55	1,4	8,9	9,5	121,5
204	Картофель отварной с луком	180	27,15	3,3	15,9	25,9	260,9
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	48	4,8	5	1,1	33,1	161,8
ИТОГО :		931	140,00	34,80	46,50	145,60	1 123,90

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
 Ответственный за питание _____ / /