



# МЕНЮ



Номер сборника рецептов	Наименование блюда	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
<b>Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах</b>							
196	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	26,5	8,5	9,7	32,3	251
	Печенье сахарное "Слободка шахматная" 50 гр	0	21	3,7	5,5	35,4	205,5
ТТК 16	Какао с молоком	200	17,5	3,6	2,7	22,9	127
542/16	Булочка зерновая	64	7	5,1	2	31,8	165,5
	ИТОГО :	474	72,00	20,90	19,90	122,40	749,00
<b>Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах</b>							
ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	18,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	100	63,5	16	11,6	9,2	206
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12	5,8	4,9	35,5	208,9
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	9,5	0,6	0	24,1	94,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	57	4,5	6	1,3	39,3	192,1
	ИТОГО :	720	108,00	37,20	24,30	122,30	853,00
<b>Комплекс на 110 руб</b>							
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	100	63,5	16	11,6	9,2	206
ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	20,5	6,9	5,8	27,4	192
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	9,5	0,6	0	24,1	94,7
111	Плюшка Московская с маком	88	16,5	8,5	12,2	54,9	363,7
	ИТОГО :	538	110,00	32,00	29,60	115,60	856,40
<b>Комплекс на 120 руб</b>							
ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	20	10,3	7,7	17,7	182,7
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	100	63,5	16	11,6	9,2	206
ТТК 42	Макароны с сыром	175	27	10,1	9,2	37,9	275,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
373	Булочка с кунжутом	35	5,5	3,1	3	13,1	93,3
	ИТОГО :	773	120,00	39,70	31,50	97,90	835,20
<b>Комплекс 72,00 руб -льготное питание м/д</b>							
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	85	53,6	13,6	9,8	7,8	175,1
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	2,4	2,9	0,9	17,1	88
	ИТОГО :	475	72,00	22,50	15,60	80,40	549,70
ИТОГО за день :		2 979	482,00	152,30	120,90	538,60	3 843,3

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

Мещеряков Н.В.

ООО МАНГО



# МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»  
2 апреля 2024 г.

Директор

Согласовано

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

### Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 462	Плов из свинины	200	57,6	16	13,7	36,2	342,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
ТТК 7	Батон	65	3,9	4,7	1,4	27,8	143
ИТОГО :		515	72,00	21,10	16,00	90,50	597,80

### Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	200	14,8	5	3,3	10,6	92,8
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
ТТК 309	Картофель тушеный	150	19	5	11	21,7	200
483	Компот из кураги с тыквой	200	12,5	0,5	0,1	27,8	109
542/16	Булочка зерновая	61	6,7	4,8	1,9	30,3	157,7
ИТОГО :		701	108,00	26,30	32,70	101,50	803,50

### Комплекс на 110 руб

ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
ТТК 20	Картофельное пюре	155	19,5	3,3	8,5	22,5	195,3
483	Компот из кураги с тыквой	200	12,5	0,5	0,1	27,8	109
427	Пирожок печеный мясо-капустные	75	23	7,3	7,7	17,4	168,1
ИТОГО :		520	110,00	24,10	32,70	78,80	716,40

### Комплекс на 120 руб

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	24,5	6,3	4,1	13,2	116
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
ТТК 20	Картофельное пюре	170	21,4	3,6	9,3	24,6	214,2
483	Компот из кураги с тыквой	200	12,5	0,5	0,1	27,8	109
542/16	Булочка зерновая	60	6,6	4,8	1,9	29,8	155,1
ИТОГО :		770	120,00	28,20	31,80	106,50	838,30

### Комплекс 72,00 руб - льготное питание м/д

ТТК 462	Плов из свинины	200	57,6	16	13,7	36,2	342,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
ТТК 7	Батон	65	3,9	4,7	1,4	27,8	143
ИТОГО :		515	72,00	21,10	16,00	90,50	597,80

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ [Signature] М.П.

ООО МАНГО



# МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

3 апреля 2024 г.

Директор

Согласовано



Номер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
<b>Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах</b>							
81/08	Фрикадельки "Петушок"	70	40,83	10	12	6,7	173,1
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	13,33	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	13	0,6	0,2	27	111
542/16	Булочка зерновая	44	4,84	3,5	1,4	21,9	113,7
<b>ИТОГО :</b>		<b>514</b>	<b>72,00</b>	<b>19,60</b>	<b>19,30</b>	<b>78,50</b>	<b>564,50</b>

<b>Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах</b>							
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	12,5	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 479	Котлета из индейки	90	59,5	18,2	7,3	12	158,5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	5	6	0	3,7	0,1	33
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	12,5	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	57	4,5	6	1,3	39,3	192,1
<b>ИТОГО :</b>		<b>712</b>	<b>108,00</b>	<b>34,50</b>	<b>23,90</b>	<b>112,20</b>	<b>771,10</b>

<b>Комплекс на 110 руб</b>							
ТТК 479	Котлета из индейки	90	59,5	18,2	7,3	12	158,5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	10	12	0	7,3	0,1	66
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	12,5	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 205	Кекс Майский	70	13	4	14,8	39,3	286,3
<b>ИТОГО :</b>		<b>520</b>	<b>110,00</b>	<b>30,80</b>	<b>35,30</b>	<b>104,60</b>	<b>812,80</b>

<b>Комплекс на 120 руб</b>							
98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	26,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 479	Котлета из индейки	90	59,5	18,2	7,3	12	158,5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	5	6	0	3,7	0,1	33
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	12,5	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 7	Батон	43	2,5	3,1	0,9	18,4	94,6
<b>ИТОГО :</b>		<b>761</b>	<b>120,00</b>	<b>37,10</b>	<b>25,90</b>	<b>92,30</b>	<b>725,10</b>

<b>Комплекс 72,00 руб -льготное питание м/д</b>							
81/08	Фрикадельки "Петушок"	70	40,83	10	12	6,7	173,1
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	13,33	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	13	0,6	0,2	27	111
542/16	Булочка зерновая	44	4,84	3,5	1,4	21,9	113,7
<b>ИТОГО :</b>		<b>514</b>	<b>72,00</b>	<b>19,60</b>	<b>19,30</b>	<b>78,50</b>	<b>564,50</b>

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	Угле- воды	Калорий- ность (ккал)
-------------------------------	-------------------	---------	---------------	-------	------	---------------	-----------------------------

### Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

190	Каша "Дружба"	200	23,5	6,5	10	36,2	261
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 502	Бутерброд с сыром	40/20	21	8,5	6,2	21	173,7
ТТК 4	Яблоко	122	19,5	0,5	0	12	49,8
<b>ИТОГО :</b>		<b>582</b>	<b>72,00</b>	<b>17,00</b>	<b>17,80</b>	<b>85,00</b>	<b>565,50</b>

### Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом индейки	200/12,5/ 10	26	5,2	6,9	10,5	124,3
ТТК 462	Плов из свинины	230	66,2	18,4	15,7	41,6	394,3
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	55	3,3	4	1,2	23,5	121
<b>ИТОГО :</b>		<b>708</b>	<b>108,00</b>	<b>27,90</b>	<b>23,80</b>	<b>105,80</b>	<b>756,60</b>

### Комплекс на 110 руб

ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	80	69,5	17,6	15,8	2,6	224
415/96	Рис припущенный с томатом	150	17	4	5,2	33	194,8
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
	Рогалик с маком 100	0	11	0	0	0	
<b>ИТОГО :</b>		<b>430</b>	<b>110,00</b>	<b>21,90</b>	<b>21,00</b>	<b>65,80</b>	<b>535,80</b>

### Комплекс на 120 руб

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/ 10	28,5	8,5	8,5	11,7	157
ТТК 224	Мясо по-албански (грудка куриная)	80	69,5	17,6	15,8	2,6	224
415/96	Рис припущенный с томатом	150	17	4	5,2	33	194,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	20	1	1,4	0,4	8,6	44
<b>ИТОГО :</b>		<b>723</b>	<b>120,00</b>	<b>31,70</b>	<b>29,90</b>	<b>75,90</b>	<b>697,50</b>

### Комплекс 72,00 руб -льготное питание м/д

ТТК 451	Биточек	70	47	12,5	9,6	11,5	181,2
415/96	Рис припущенный с томатом	150	17	4	5,2	33	194,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
542/16	Булочка зерновая	35	4	2,8	1,1	17,4	90,5
<b>ИТОГО :</b>		<b>455</b>	<b>72,00</b>	<b>19,50</b>	<b>15,90</b>	<b>81,90</b>	<b>544,20</b>

Заведующий производством

Ответственный за питание

Болонкина Юлия Константиновна /

ООО МАНГО

**МЕНЮ**МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»  
5 апреля 2024 г.

Директор

Согласовано

Номер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
<b>Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах</b>							
ТТК 42	Макароны с сыром	200	27,3	9,2	7,7	36,5	256
ТТК 90	Сырники из творога	45	30	7,2	4,8	10,1	111,5
182	Кофейный напиток	200	10	2,3	1,6	16,2	86
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	59	4,7	6,2	1,3	40,7	198,9
ИТОГО :		504	72,00	24,90	15,40	103,50	652,40

**Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах**

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/10	24,5	5	7,3	13,9	142,4
60	Горбуша тушеная в томате с овощами	100	46	11,5	7,5	4,5	131,3
ТТК 20	Картофельное пюре	150	19	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	14,5	0,7	0	28,8	113
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		723	108,00	25,70	24,20	103,50	744,20

**Комплекс на 110 руб**

ТТК 45	Огурец свежий	18	5,5	0,1	0	0,6	2,9
ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	190	75	19	18,6	31,4	376,2
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	14,5	0,7	0	28,8	113
210	Сырная палочка	50	15	3,2	5	19,4	137
ИТОГО :		458	110,00	23,00	23,60	80,20	629,10

**Комплекс на 120 руб**

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	250/12,5/10	27	5,3	7,4	15,6	151
ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	190	75	19	18,6	31,4	376,2
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	14,5	0,7	0	28,8	113
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	45	3,5	4,7	1	31	151,7
ИТОГО :		708	120,00	29,70	27,00	106,80	791,90

**Комплекс 72,00 руб -льготное питание м/д**

ТТК 42	Макароны с сыром	200	27,3	9,2	7,7	36,5	256
182	Кофейный напиток	200	10	2,3	1,6	16,2	86
0	Пицца с колбасой с помидорами	105	34,7	6	7,9	5,4	116,4
ИТОГО :		505	72,00	17,50	17,20	58,10	458,40

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Болонкина Юлия Константиновна /

/ Мещеряков И.В.