

ООО МАНГО



МЕНЮ



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

302/04	Каша пшеничная молочная	230	33,9	9,6	8,8	49,7	315,1
Гот.изд	Печенье "Школьная шпиргалочка"	50	21	3,8	8	33,5	220
ТТК 16	Какао с молоком	200	21	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ИТОГО :		531	81,00	20,70	20,60	127,90	774,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	13	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 498	Мясо в суп (окорочка)	10	10	2,4	1,2	0	20,5
ТТК 534	Котлета фермерская (90 гр)	90	63,5	16,3	10	10,3	191
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	18,1	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 110	Компот из яблок	200	12	0,2	0,1	25,4	99
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	49	4,9	5,1	1,1	33,8	165,2
ИТОГО :		719	121,50	34,40	24,30	115,30	808,70

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК 98	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	24,1	5,7	7,9	9,4	129,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,4	9,8	7	43	278,4
ТТК 13	Гуляш из говядины	100	87	14,2	16,1	5,9	225
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	5	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		813	140,00	34,20	32,30	104,00	842,70

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	160	14,9	4,4	4,6	18,3	133,3
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	130	57,5	9,2	15,9	13,1	233
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		541	81,00	17,50	21,60	73,20	556,20

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	75	9	1,2	3,8	5,7	62,3
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,4	9,8	7	43	278,4
ТТК 13	Гуляш из говядины	100	87	14,2	16,1	5,9	225
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
103	Рулет с маком	100	15	7,8	8,7	48,4	305
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ИТОГО :		706	140,00	36,90	36,70	144,80	1 060,60

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 22	Каша манная молочная с маслом	200/10	36,5	7	9,8	38,1	270
ТТК 506	Сырники из творога	50	36	8	5,4	11,3	123,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		510	81,00	18,80	16,30	90,80	581,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	23	6,3	4,1	13,2	116
ТТК 471	Макароны с курицей	280	78,9	25,8	20,7	45,8	472,7
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	15	0,7	0	28,8	113
ТТК 7	Батон	46	4,6	3,3	1	19,7	101,2
ИТОГО :		776	121,50	36,10	25,80	107,50	802,90

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	21,5	10,3	7,7	17,7	182,7
ТТК 402	Рагу Школьное (кабачки, карт, морк, лук, капуста, зел гор)	180	21	3	9,6	16,7	156,2
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	5	9	0	3,7	0,1	33
ТТК 270	Котлета "Нежная"	100	80	19,5	12,2	11,8	233,3
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	65	5	4,7	1,4	27,8	143
ИТОГО :		813	140,00	37,70	34,60	94,10	825,90

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	25	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	75	46,5	15,9	6,4	13,5	174,2
ТТК 7	Батон	60	6	4,3	1,3	25,7	132
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		485	81,00	23,60	16,00	81,00	572,90

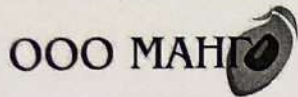
Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 402	Рагу Школьное (кабачки, карт, морк, лук, капуста, зел гор)	180	27	3	9,6	16,7	156,2
ТТК 270	Котлета "Нежная"	100	80	19,5	12,2	11,8	233,3
ТТК 532	Эчпочмак (фарш)	100	29,5	4,3	9,9	29	222,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		580	140,00	27,00	31,70	77,50	689,70

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____



МЕНЮ



МБОУ «МБОУ «Школа-30»

11 января 2025 г.

Директор

Согласовано



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

Комплекс на 140 руб с выпечкой

65	Салат из свежей капусты	100	8	1,5	5	9,2	87
ТТК 394	Жаркое по-домашнему (индейка)	50/200	85,5	19,5	9,7	28	277,8
0	Пицца с колбасой с помидорами	100/10	43	6,3	8,3	5,6	122
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		660	140,00	27,50	23,00	62,80	564,50

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	29,5	6,9	5,8	27,4	192
ТТК 451	Биточек	70	37,5	12,5	9,6	11,5	181,2
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
373	Булочка с кунжутом	60	10,5	5,4	5,1	22,5	160
ИТОГО :		480	81,00	25,00	20,50	81,40	610,90

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /