

манго18.рф

ООО МАИГ

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

1 февраля 2025 г.

Директор

Согласовано



МЕНЮ

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

Комплекс на 150 руб

ТТК	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	180	9	6,9	7,6	42,5	265,6
424/04	Поджарка из свинины	80	84	19,1	15,5	1,3	239,5
259	Слойка с ветчиной и сыром	75	51	11,1	17	1,2	204
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		542	150,00	37,30	40,10	60,20	770,20

Бесплатное питание 81 руб

[illegible]

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

СТЕПАНОВА ДИНА АНАТОЛЬЕВНА

ООО МАНГО



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

3 февраля 2025 г.

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

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 494	Щи из цветной капусты со сметаной и курицей (200/10/12,5)	200/12,5/10	29,5	5	7,3	7,4	115,4
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
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 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	49	4,9	5,1	1,1	33,8	165,2
ИТОГО :		772	121,50	35,70	25,50	112,60	818,80

Комплекс на 150 руб с супом

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	28	5	8,3	9,4	128,8
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,4	9,8	7	43	278,4
ТТК 534	Котлета фермерская (90 гр)	100	70,5	18,1	11,1	11,4	212,3
0	Соус сметанный с томатом	30	4,2	0,5	1,2	1,9	20
ТТК 186	Компот из апельсин	200	21,5	0,3	0,1	21,1	84
ТТК 7	Батон	54	5,4	3,9	1,2	23,1	118,8
ИТОГО :		837	150,00	37,60	28,90	109,90	842,30

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 150 руб

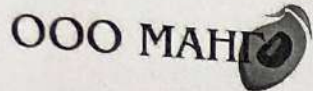
ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	90	11,7	1,4	4,5	6,8	74,7
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,4	9,8	7	43	278,4
0	Соус сметанный с томатом	50	7	0,8	1,9	3,2	33,3
ТТК 534	Котлета фермерская (90 гр)	100	70,5	18,1	11,1	11,4	212,3
ТТК 186	Компот из апельсин	200	21,5	0,3	0,1	21,1	84
103	Рулет с маком	100	15	7,8	8,7	48,4	305
ТТК 7	Батон	39	3,9	2,8	0,9	16,7	85,8
ИТОГО :		759	150,00	41,00	34,20	150,60	1 073,50

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Дина Анатольевна /



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

4 февраля 2025 г.



МЕНЮ



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

304/ТТК	Каша пшенная вязкая	180	16,2	5,2	8,3	28,6	216
ТТК 234	Котлета домашняя	70	49,7	12,1	9	9,7	161,8
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	9,5	0,6	0	24,1	94,7
ТТК 7	Батон	56	5,6	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		506	81,00	21,90	18,50	86,40	595,70

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	17,5	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	100	70	15,2	21,8	6	281
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	170	18,7	6,6	5,5	40,2	236,7
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 7	Батон	58	5,8	4,2	1,3	24,8	127,6
ИТОГО :		738	121,50	28,40	34,50	105,10	841,00

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	250/12,5/10	33,5	5,3	7,4	15,6	151
ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	100	13	1,6	5	7,6	83
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,8	7	5,9	42,6	250,6
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	100	70	15,2	21,8	6	281
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	42	4,2	4,4	0,9	29	141,6
ИТОГО :		895	150,00	33,80	41,10	121,00	986,20

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,5	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 451	Биточек	75	56	13,4	10,3	12,3	194,2
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 :		475	81,00	23,00	16,30	89,20	590,80

Комплекс на 150 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,8	7	5,9	42,6	250,6
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	7	14	0	5,1	0,1	46,2
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	84	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 7	Батон	25	1,2	1,8	0,5	10,7	55
ТТК 9	Ватрушка с творогом	75	21,5	7,8	6,5	28,3	205
ИТОГО :		607	150,00	35,10	44,30	109,10	973,00

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Дина Анатольевна /

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

5 февраля 2025 г.

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	32	7,2	8	42,6	267,6
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	18	7,2	7	24,8	192
ТТК 4	Яблоко	110	22	0,4	0	10,8	44,9
ТТК 94	Чай с молоком	200	9	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		585	81,00	16,30	16,60	94,00	585,50

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	80	10,4	1,3	4	6,1	66,4
ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	17,5	4,8	5,5	13,6	123,3
ТТК 462	Плов из свинины	240	79,6	19,2	16,4	43,4	411,4
ТТК 183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 7	Батон	45	4,5	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		778	121,50	30,10	27,30	117,20	847,90

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом индейки	250/12,5	23,5	6,5	4,8	20,7	153
ТТК 546	Рис припущенный с овощами	180	30,4	4,7	11,1	36,2	264
437/04	Гуляш из свинины	120	84	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	61	6,1	6,4	1,4	42,1	205,6
ИТОГО :		831	150,00	37,70	29,20	117,90	904,20

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 57	Рис припущенный	150	22	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	90	52,65	13,2	5,2	3,9	116,1
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	2,85	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		480	81,00	19,80	10,30	76,30	478,30

Комплекс на 150 руб

ТТК 57	Рис припущенный	180	26,4	4,1	5	42,3	235,8
437/04	Гуляш из свинины	120	84	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	26	2,6	1,9	0,6	11,1	57,2
ТТК 532	Эчпочмак (фарш)	100	33,5	4,3	9,9	29	222,5
ИТОГО :		626	150,00	30,40	27,40	106,10	813,70

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

6 февраля 2025 г.

Директор

Согласовано

[Подпись]

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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	18,6	5,5	5,7	22,9	166,7
81/08	Фрикадельки "Петушок"	60	43	8,6	10,3	5,7	148,4
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	13,5	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 7	Батон	59	5,9	4,2	1,3	25,3	129,8
ИТОГО :		519	81,00	18,70	17,40	71,30	514,90

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 495	Борщ украинский со сметаной 200/10	200/10	18,5	2,1	5,7	13,9	114,2
ТТК 236	Биточки особые	90	62	12,7	8,3	13,8	179,5
ТТК 20	Картофельное пюре	170	32,8	3,6	9,3	24,6	214,2
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	47	4,7	4,9	1	32,4	158,4
ИТОГО :		717	121,50	23,50	24,30	104,70	744,00

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	31	8,5	8,5	11,7	157
ТТК 20	Картофельное пюре	180	34,5	3,8	9,9	26,1	226,8
ТТК 451	Биточек	100	75	17,9	13,7	16,4	258,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	60	6	6,3	1,3	41,4	202,3
ИТОГО :		813	150,00	36,70	33,40	115,60	922,70

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	29	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	70	45,65	14,8	6	12,6	162,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	2,85	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		460	81,00	21,10	15,20	71,50	517,30

Комплекс на 150 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	180	34,8	3,8	9,9	26,1	226,8
0	Соус сметанный с томатом	40	5,5	0,6	1,5	2,6	26,7
ТТК 451	Биточек	100	75	17,9	13,7	16,4	258,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	30	2,7	2,2	0,7	12,8	66
201	Рогалик обсыпной с вареной сгущенкой	100	28,5	7,3	9,7	53,6	328,4
ИТОГО :		650	150,00	32,00	35,50	131,50	984,50

Заведующий производством *[Подпись]* / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание *[Подпись]* / Степанова Дина Анатольевна /

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

7 февраля 2025 г.

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

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 150 руб с супом

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	23	6,3	4,1	13,2	116
ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	80	9,1	1,3	4	6,1	66,4
ТТК 462	Плов из свинины	270	89,6	21,6	18,4	48,9	462,8
ТТК 158	Напиток из черники	200	22,5	0	0	24	91
ТТК 7	Батон	58	5,8	4,2	1,3	24,8	127,6
ИТОГО :		858	150,00	33,40	27,80	117,00	863,80

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 55	Рагу овощное "Школьное" (картофель, морковь, лук реп, капуста, зел гор)	150	25,5	4,5	9,8	28,5	221
ТТК 451	Биточек	65	48,5	11,6	8,9	10,7	168,3
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	3,5	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		455	81,00	19,20	19,60	76,30	555,00

Комплекс на 150 руб

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	75	9,5	1,2	3,8	5,7	62,3
ТТК 462	Плов из свинины	250	83	20	17,1	45,2	428,6
ТТК 158	Напиток из черники	200	22,5	0	0	24	91
204	Шаньга с сыром	65	35	7,4	7,7	16,5	167
ИТОГО :		590	150,00	28,60	28,60	91,40	748,90

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /

манго18.рф

ООО МАИТ



МЕНЮ

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

8 февраля 2025 г.

Директор

Согласовано

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

Комплекс на 150 руб

ТТК 550	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	180	8,5	6,9	7,6	42,5	265,6
ТТК 13	Гуляш из говядины	100	87	14,2	16,1	5,9	225
259	Слойка с ветчиной и сыром	75	51	11,1	17	1,2	204
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		555	150,00	32,40	40,70	69,60	772,30

Бесплатное питание 81 руб

74	Салат "Тазалык" (капус свеж, помидор, чеснок)	60	12,3	0,8	5,9	5,3	77,4
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,5	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК	Купаты Гурман	80	45	10,8	22,5	2,7	255,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	37	3,7	2,7	0,8	15,8	81,4
ИТОГО :		527	81,00	20,30	34,10	79,30	701,00

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

11 Стенанова Д. А.

ООО МАНГО



МЕНЮ



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 27	Каша рисовая молочная с маслом	215	43,5	6,5	10,4	45,3	292,2
Гот.изд	Печенье "Школьная шпиргалочка"	50	21	3,8	8	33,5	220
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
182	Кофейный напиток	200	11	2,3	1,6	16,2	86
ИТОГО :		520	81,00	16,60	21,20	118,50	719,20

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

134/2004	Суп крестьянский с курицей и сметаной	200/12,5/ 10	24,5	5,2	7,3	11,4	130,4
ТТК 234	Котлета домашняя	90	64	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	17	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 231	Соус красный основной	30	1,2	0,2	0,5	1,7	13,2
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ИТОГО :		746	121,50	34,60	26,80	118,90	848,00

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 134	Суп крестьянский с курицей со сметаной с крупой (пшеничная)	250/12,5/ 10	26,5	5,7	8,3	14,2	152,6
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	190	20,9	7,3	6,2	45	264,6
ТТК 234	Котлета домашняя	100	71,9	17,3	12,9	13,9	231,1
601	Соус сметанный с томатом	60	8,4	0	0	0	
ТТК 316	Компот из земляники	200	16	0,2	0,1	31,8	124
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	63	6,3	6,6	1,4	43,5	212,4
ИТОГО :		886	150,00	37,10	28,90	148,40	984,70

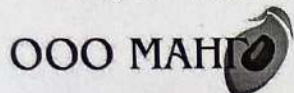
Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,8	7	5,9	42,6	250,6
0	Соус сметанный с томатом	35	4,3	0,5	1,3	2,2	23,3
ТТК 234	Котлета домашняя	100	71,9	17,3	12,9	13,9	231,1
ТТК 316	Компот из земляники	200	16	0,2	0,1	31,8	124
ТТК 49	Пирожки печеные с мясом	75	38	9,3	7,5	26,2	211
ИТОГО :		590	150,00	34,30	27,70	116,70	840,00

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 550	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	160	8	6,1	6,7	37,8	236,1
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	110	64,3	16,2	6,4	4,7	141,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	52	5,2	3,7	1,1	22,3	114,4
ИТОГО :		522	81,00	26,20	14,20	84,80	570,10

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
 Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 234	Котлета домашняя	70	50,3	12,1	9	9,7	161,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	17,6	6,2	5,2	37,9	222,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		538	81,00	22,60	16,20	87,50	579,90

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	90	11,7	1,4	4,5	6,8	74,7
ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	17,5	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 51	Плов из птицы	240	76,8	17,6	13,5	48,4	389,8
ТТК 481	Компот из яблок и тыквы	200	10,5	0,1	0,1	25	97
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		790	121,50	24,80	25,00	115,50	788,20

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	31,5	6,1	8,1	17,3	168,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	190	21,5	10,4	7,3	45,3	293,9
437/04	Гуляш из свинины	120	84	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	70	7	7,4	1,6	48,3	236
ИТОГО :		860	150,00	44,00	28,90	129,80	980,10

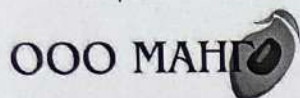
Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,4	9,8	7	43	278,4
437/04	Гуляш из свинины	120	84	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
204	Шаньга с сыром	75	39,6	8,5	8,9	19	192,7
ИТОГО :		582	150,00	38,40	27,80	80,90	752,70

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	17	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	60/50	43,5	7	10	9	154
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
103	Рулет с маком	100	14,5	7,8	8,7	48,4	305
ИТОГО :		567	81,00	23,20	24,50	108,40	752,10

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
 Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ



Номер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле- воды	Калорий- ность (ккал)
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах							
302/04	Каша пшеничная молочная	230	33,9	9,6	8,8	49,7	315,1
355	Ватрушка наливная	75	16,1	6,4	10,3	39,5	278,3
ТТК 4	Яблоко	110	22	0,4	0	10,8	44,9
ТТК 94	Чай с молоком	200	9	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		615	81,00	17,90	20,70	115,80	719,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	23	5,3	4,5	16,6	126,9
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	62	13	16,4	11,1	244
302/96	Каша пшеничная вязкая	180	16,2	5,4	7,3	30	213,6
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	15	0,7	0	28,8	113
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ИТОГО :		736	121,50	28,20	29,40	109,20	814,10

Комплекс на 150 руб с супом

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей (250/25)	250/25	38,5	8,6	6,1	18,8	166,3
ТТК 462	Плов из свинины	240	79,6	19,2	16,4	43,4	411,4
ТТК 188	Сок	200	27	0	0	27,4	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	49	4,9	5,1	1,1	33,8	165,2
ИТОГО :		764	150,00	32,90	23,60	123,40	852,90

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	25	12,5	0,2	0	0,9	4
ТТК 462	Плов из свинины	240	79,6	19,2	16,4	43,4	411,4
ТТК 188	Сок	200	27	0	0	27,4	110
9	Маффин с шоколадной крошкой (70гр)	70	26	3,3	10,2	42,8	269
ТТК 7	Батон	49	4,9	3,5	1,1	21	107,8
ИТОГО :		584	150,00	26,20	27,70	135,50	902,20

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 57	Рис припущенный	150	22	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	75	49,5	15,9	6,4	13,5	174,2
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
ИТОГО :		515	81,00	22,90	12,40	88,80	558,40

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Дина Анатольевна /

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «Школа-30»

13 февраля 2025 г.

Для

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

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	18,1	8,7	6,2	38,2	247,5
81/08	Фрикадельки "Петушок"	60	43	8,6	10,3	5,7	148,4
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 7	Батон	54	5,4	3,9	1,2	23,1	118,8
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
ИТОГО :		524	81,00	21,90	18,60	100,10	653,70

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 493	Борщ из цветной капусты со сметаной	200/10	17	1,7	5,7	10,4	99,2
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	59,8	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 20	Картофельное пюре	190	36,7	4	10,5	27,6	239,4
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	45	4,5	4,7	1	31	151,7
ИТОГО :		735	121,50	23,70	30,80	103,00	796,70

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	260	18,5	2	7	12,9	120,9
ТТК 20	Картофельное пюре	180	34,8	3,8	9,9	26,1	226,8
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	62	6,2	4,5	1,4	26,5	136,4
ИТОГО :		802	150,00	24,70	34,40	91,40	786,80

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 20	Картофельное пюре	180	34,8	3,8	9,9	26,1	226,8
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
111	Плюшка Московская с маком	105	22	10,1	14,5	65,5	434
ТТК 7	Батон	27	2,7	1,9	0,6	11,6	59,4
ИТОГО :		612	150,00	30,20	41,10	129,10	1 022,90

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	29	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 451	Биточек	60	45	10,7	8,2	9,9	155,3
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	3,5	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		450	81,00	17,00	17,40	68,80	510,00

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

14 февраля 2025 г.

Директор
документов
Согласовано

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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 26	Каша пшенная молочная с маслом	200/10	37	8,1	10,8	39,9	290
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	45	4,5	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		505	81,00	19,50	17,20	90,50	590,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	22	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	90	63	13,7	19,6	5,4	252,9
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	170	18,7	6,6	5,5	40,2	236,7
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ИТОГО :		726	121,50	33,20	32,80	112,70	874,50

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	24,5	10,3	7,7	17,7	182,7
ТТК 57	Рис припущенный	180	26,4	4,1	5	42,3	235,8
ТТК 386	Бефстроганов (мясо индейки)	120	89,4	20,8	15,1	6,7	236,1
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	37	3,7	3,9	0,8	25,5	124,7
ИТОГО :		807	150,00	39,30	28,60	107,40	840,40

Комплекс на 150 руб

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	60	7,8	1	3	4,6	49,8
ТТК 57	Рис припущенный	180	26,4	4,1	5	42,3	235,8
ТТК 386	Бефстроганов (мясо индейки)	120	89,4	20,8	15,1	6,7	236,1
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 9	Ватрушка с творогом	75	18,4	7,8	6,5	28,3	205
ТТК 7	Батон	45	4,5	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		680	150,00	37,10	30,60	121,20	903,40

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 51	Плов из птицы	240	74	17,6	13,5	48,4	389,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	3,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		490	81,00	21,40	14,60	89,80	577,50

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонина Николаевна /

Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /

манго18.рф

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

15 февраля 2025 г.

Директор

Согласовано



МЕНЮ



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

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 386	Бефстроганов из говядины	50/50	98	15,2	21,8	6	281
206	Сдоба с конфитюром	75	13,5	5,3	3	38,9	204
ТТК 158	Напиток из черники	200	22,5	0	0	24	91
ИТОГО :		525	150,00	26,30	29,70	104,40	784,90

Бесплатное питание 81 руб

[illegible]

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание Степанова Д.Н.



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

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 494	Щи из цветной капусты со сметаной и курицей (200/10/12,5)	200/12,5/10	29,5	5	7,3	7,4	115,4
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
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 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	49	4,9	5,1	1,1	33,8	165,2
ИТОГО :		772	121,50	35,70	25,50	112,60	818,80

Комплекс на 150 руб с супом

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	28	5	8,3	9,4	128,8
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,4	9,8	7	43	278,4
ТТК 534	Котлета фермерская (90 гр)	100	70,5	18,1	11,1	11,4	212,3
0	Соус сметанный с томатом	30	4,2	0,5	1,2	1,9	20
ТТК 186	Компот из апельсин	200	21,5	0,3	0,1	21,1	84
ТТК 7	Батон	54	5,4	3,9	1,2	23,1	118,8
ИТОГО :		837	150,00	37,60	28,90	109,90	842,30

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 51	Плов из птицы	230	73,5	16,8	13	46,4	373,5
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		470	81,00	19,90	13,90	83,50	539,20

Комплекс на 150 руб

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	90	11,7	1,4	4,5	6,8	74,7
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,4	9,8	7	43	278,4
0	Соус сметанный с томатом	50	7	0,8	1,9	3,2	33,3
ТТК 534	Котлета фермерская (90 гр)	100	70,5	18,1	11,1	11,4	212,3
ТТК 186	Компот из апельсин	200	21,5	0,3	0,1	21,1	84
103	Рулет с маком	100	15	7,8	8,7	48,4	305
ТТК 7	Батон	39	3,9	2,8	0,9	16,7	85,8
ИТОГО :		759	150,00	41,00	34,20	150,60	1 073,50

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

18 февраля 2025 г.

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

304/ТТК	Каша пшенная вязкая	180	16,2	5,2	8,3	28,6	216
ТТК 234	Котлета домашняя	70	49,7	12,1	9	9,7	161,8
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	9,5	0,6	0	24,1	94,7
ТТК 7	Батон	56	5,6	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		506	81,00	21,90	18,50	86,40	595,70

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	17,5	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	100	70	15,2	21,8	6	281
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	170	18,7	6,6	5,5	40,2	236,7
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 7	Батон	58	5,8	4,2	1,3	24,8	127,6
ИТОГО :		738	121,50	28,40	34,50	105,10	841,00

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	250/12,5/ 10	33,5	5,3	7,4	15,6	151
ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	100	13	1,6	5	7,6	83
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,8	7	5,9	42,6	250,6
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	100	70	15,2	21,8	6	281
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	42	4,2	4,4	0,9	29	141,6
ИТОГО :		895	150,00	33,80	41,10	121,00	986,20

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,5	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 451	Биточек	75	56	13,4	10,3	12,3	194,2
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 :		475	81,00	23,00	16,30	89,20	590,80

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,8	7	5,9	42,6	250,6
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	7	14	0	5,1	0,1	46,2
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	84	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 7	Батон	25	1,2	1,8	0,5	10,7	55
ТТК 9	Ватрушка с творогом	75	21,5	7,8	6,5	28,3	205
ИТОГО :		607	150,00	35,10	44,30	109,10	973,00

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /

Вопросы и пожелания оставляйте в обратной связи на нашем сайте:

манго18.рф

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

19 февраля 2025 г.



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	32	7,2	8	42,6	267,6
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	18	7,2	7	24,8	192
ТТК 4	Яблоко	110	22	0,4	0	10,8	44,9
ТТК 94	Чай с молоком	200	9	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		585	81,00	16,30	16,60	94,00	585,50

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	80	10,4	1,3	4	6,1	66,4
ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	17,5	4,8	5,5	13,6	123,3
ТТК 462	Плов из свинины	240	79,6	19,2	16,4	43,4	411,4
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 7	Батон	45	4,5	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		778	121,50	30,10	27,30	117,20	847,90

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом индейки	250/12,5	23,5	6,5	4,8	20,7	153
ТТК 546	Рис припущенный с овощами	180	30,4	4,7	11,1	36,2	264
437/04	Гуляш из свинины	120	84	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	61	6,1	6,4	1,4	42,1	205,6
ИТОГО :		831	150,00	37,70	29,20	117,90	904,20

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 57	Рис припущенный	150	22	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	90	52,65	13,2	5,2	3,9	116,1
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	2,85	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		480	81,00	19,80	10,30	76,30	478,30

Комплекс на 150 руб с выпечкой

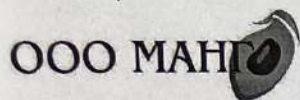
ТТК 57	Рис припущенный	180	26,4	4,1	5	42,3	235,8
437/04	Гуляш из свинины	120	84	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	26	2,6	1,9	0,6	11,1	57,2
ТТК 532	Эчпочмак (фарш)	100	33,5	4,3	9,9	29	222,5
ИТОГО :		626	150,00	30,40	27,40	106,10	813,70

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

20 февраля 2025 г.

Директор

Согласовано

Для

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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	18,6	5,5	5,7	22,9	166,7
81/08	Фрикадельки "Петушок"	60	43	8,6	10,3	5,7	148,4
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	13,5	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 7	Батон	59	5,9	4,2	1,3	25,3	129,8
ИТОГО :		519	81,00	18,70	17,40	71,30	514,90

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 495	Борщ украинский со сметаной 200/10	200/10	18,5	2,1	5,7	13,9	114,2
ТТК 236	Биточки особые	90	62	12,7	8,3	13,8	179,5
ТТК 20	Картофельное пюре	170	32,8	3,6	9,3	24,6	214,2
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	47	4,7	4,9	1	32,4	158,4
ИТОГО :		717	121,50	23,50	24,30	104,70	744,00

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	31	8,5	8,5	11,7	157
ТТК 20	Картофельное пюре	180	34,5	3,8	9,9	26,1	226,8
ТТК 451	Биточек	100	75	17,9	13,7	16,4	258,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	60	6	6,3	1,3	41,4	202,3
ИТОГО :		813	150,00	36,70	33,40	115,60	922,70

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	29	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	70	45,65	14,8	6	12,6	162,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	2,85	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		460	81,00	21,10	15,20	71,50	517,30

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 20	Картофельное пюре	180	34,8	3,8	9,9	26,1	226,8
0	Соус сметанный с томатом	40	5,5	0,6	1,5	2,6	26,7
ТТК 451	Биточек	100	75	17,9	13,7	16,4	258,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	30	2,7	2,2	0,7	12,8	66
201	Рогалик обсыпной с вареной сгущенкой	100	28,5	7,3	9,7	53,6	328,4
ИТОГО :		650	150,00	32,00	35,50	131,50	984,50

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

21 февраля 2025 г.

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

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 150 руб с супом

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	23	6,3	4,1	13,2	116
ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	80	9,1	1,3	4	6,1	66,4
ТТК 462	Плов из свинины	270	89,6	21,6	18,4	48,9	462,8
ТТК 158	Напиток из черники	200	22,5	0	0	24	91
ТТК 7	Батон	58	5,8	4,2	1,3	24,8	127,6
ИТОГО :		858	150,00	33,40	27,80	117,00	863,80

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 55	Рагу овощное "Школьное" (картофель, морковь, лук реп, капуста, зел гор)	150	25,5	4,5	9,8	28,5	221
ТТК 451	Биточек	65	48,5	11,6	8,9	10,7	168,3
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	3,5	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		455	81,00	19,20	19,60	76,30	555,00

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	75	9,5	1,2	3,8	5,7	62,3
ТТК 462	Плов из свинины	250	83	20	17,1	45,2	428,6
ТТК 158	Напиток из черники	200	22,5	0	0	24	91
204	Шаньга с сыром	65	35	7,4	7,7	16,5	167
ИТОГО :		590	150,00	28,60	28,60	91,40	748,90

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /

манго18.рф

000 МАИГ



МЕНЮ

МБОУ «ИЕГП «Школа-30»

22 февраля 2025 г.

Директор
Согласовано

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

Комплекс на 150 руб с выпечкой

Комплекс на 150 руб с вытечкой							
ТТК 67	Салат из свежих огурцов	75	37	0,5	4,5	1,7	49,5
ТТК 14	Жаркое по-домашнему (говядина)	210	91	14,5	15,8	21,8	289
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	18,5	7,2	7	24,8	192
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		560	150,00	22,40	27,30	68,30	608,20

Бесплатное питание 81 руб

[illegible]

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Стенанова Д. А.

ООО МАНТО



МЕНЮ



МБОУ «НГЛ «Школа-30»

24 февраля 2025 г.

Директор

Согласовано

Для документа

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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 27	Каша рисовая молочная с маслом	215	43,5	6,5	10,4	45,3	292,2
Гот.изд	Печенье "Школьная шпиргалочка"	50	21	3,8	8	33,5	220
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
182	Кофейный напиток	200	11	2,3	1,6	16,2	86
ИТОГО :		520	81,00	16,60	21,20	118,50	719,20

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

134/2004	Суп крестьянский с курицей и сметаной	200/12,5/ 10	24,5	5,2	7,3	11,4	130,4
ТТК 234	Котлета домашняя	90	64	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	17	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 231	Соус красный основной	30	1,2	0,2	0,5	1,7	13,2
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ИТОГО :		746	121,50	34,60	26,80	118,90	848,00

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 134	Суп крестьянский с курицей со сметаной с крупой (пшеничная)	250/12,5/ 10	26,5	5,7	8,3	14,2	152,6
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	190	20,9	7,3	6,2	45	264,6
ТТК 234	Котлета домашняя	100	71,9	17,3	12,9	13,9	231,1
601	Соус сметанный с томатом	60	8,4	0	0	0	
ТТК 316	Компот из земляники	200	16	0,2	0,1	31,8	124
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	63	6,3	6,6	1,4	43,5	212,4
ИТОГО :		886	150,00	37,10	28,90	148,40	984,70

Комплекс на 150 руб с выпечкой

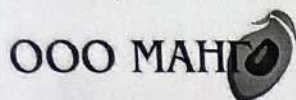
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,8	7	5,9	42,6	250,6
0	Соус сметанный с томатом	35	4,3	0,5	1,3	2,2	23,3
ТТК 234	Котлета домашняя	100	71,9	17,3	12,9	13,9	231,1
ТТК 316	Компот из земляники	200	16	0,2	0,1	31,8	124
ТТК 49	Пирожки печеные с мясом	75	38	9,3	7,5	26,2	211
ИТОГО :		590	150,00	34,30	27,70	116,70	840,00

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 550	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	160	8	6,1	6,7	37,8	236,1
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	110	64,3	16,2	6,4	4,7	141,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	52	5,2	3,7	1,1	22,3	114,4
ИТОГО :		522	81,00	26,20	14,20	84,80	570,10

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГП «Школа-30»

25 февраля 2025 г.

Директор

Согласовано

Для документов

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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 234	Котлета домашняя	70	50,3	12,1	9	9,7	161,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	17,6	6,2	5,2	37,9	222,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		538	81,00	22,60	16,20	87,50	579,90

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	90	11,7	1,4	4,5	6,8	74,7
ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	17,5	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 51	Плов из птицы	240	76,8	17,6	13,5	48,4	389,8
ТТК 481	Компот из яблок и тыквы	200	10,5	0,1	0,1	25	97
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		790	121,50	24,80	25,00	115,50	788,20

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	31,5	6,1	8,1	17,3	168,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	190	21,5	10,4	7,3	45,3	293,9
437/04	Гуляш из свинины	120	84	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	70	7	7,4	1,6	48,3	236
ИТОГО :		860	150,00	44,00	28,90	129,80	980,10

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	20,4	9,8	7	43	278,4
437/04	Гуляш из свинины	120	84	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
204	Шаньга с сыром	75	39,6	8,5	8,9	19	192,7
ИТОГО :		582	150,00	38,40	27,80	80,90	752,70

Бесплатное питание 81 руб

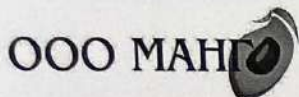
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	17	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	60/50	43,5	7	10	9	154
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
103	Рулет с маком	100	14,5	7,8	8,7	48,4	305
ИТОГО :		567	81,00	23,20	24,50	108,40	752,10

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Дина Анатольевна /



МБОУ «ИБГЛ «Школа-30»

26 февраля 2025 г.

Директор

Согласовано

Для документа

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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

302/04	Каша пшеничная молочная	230	33,9	9,6	8,8	49,7	315,1
355	Ватрушка наливная	75	16,1	6,4	10,3	39,5	278,3
ТТК 4	Яблоко	110	22	0,4	0	10,8	44,9
ТТК 94	Чай с молоком	200	9	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		615	81,00	17,90	20,70	115,80	719,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	23	5,3	4,5	16,6	126,9
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	62	13	16,4	11,1	244
302/96	Каша пшеничная вязкая	180	16,2	5,4	7,3	30	213,6
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	15	0,7	0	28,8	113
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ИТОГО :		736	121,50	28,20	29,40	109,20	814,10

Комплекс на 150 руб с супом

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей (250/25)	250/25	38,5	8,6	6,1	18,8	166,3
ТТК 462	Плов из свинины	240	79,6	19,2	16,4	43,4	411,4
ТТК 188	Сок	200	27	0	0	27,4	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	49	4,9	5,1	1,1	33,8	165,2
ИТОГО :		764	150,00	32,90	23,60	123,40	852,90

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	25	12,5	0,2	0	0,9	4
ТТК 462	Плов из свинины	240	79,6	19,2	16,4	43,4	411,4
ТТК 188	Сок	200	27	0	0	27,4	110
9	Маффин с шоколадной крошкой (70гр)	70	26	3,3	10,2	42,8	269
ТТК 7	Батон	49	4,9	3,5	1,1	21	107,8
ИТОГО :		584	150,00	26,20	27,70	135,50	902,20

Бесплатное питание 81 руб

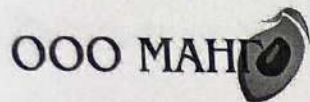
ТТК 57	Рис припущенный	150	22	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	75	49,5	15,9	6,4	13,5	174,2
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		515	81,00	22,90	12,40	88,80	558,40

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	18,1	8,7	6,2	38,2	247,5
81/08	Фрикадельки "Петушок"	60	43	8,6	10,3	5,7	148,4
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 7	Батон	54	5,4	3,9	1,2	23,1	118,8
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
ИТОГО :		524	81,00	21,90	18,60	100,10	653,70

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 493	Борщ из цветной капусты со сметаной	200/10	17	1,7	5,7	10,4	99,2
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	59,8	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 20	Картофельное пюре	190	36,7	4	10,5	27,6	239,4
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	45	4,5	4,7	1	31	151,7
ИТОГО :		735	121,50	23,70	30,80	103,00	796,70

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	260	18,5	2	7	12,9	120,9
ТТК 20	Картофельное пюре	180	34,8	3,8	9,9	26,1	226,8
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	62	6,2	4,5	1,4	26,5	136,4
ИТОГО :		802	150,00	24,70	34,40	91,40	786,80

Комплекс на 150 руб с выпечкой

ТТК 20	Картофельное пюре	180	34,8	3,8	9,9	26,1	226,8
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
111	Плюшка Московская с маком	105	22	10,1	14,5	65,5	434
ТТК 7	Батон	27	2,7	1,9	0,6	11,6	59,4
ИТОГО :		612	150,00	30,20	41,10	129,10	1 022,90

Бесплатное питание 81 руб

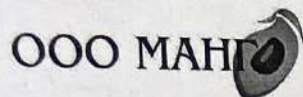
ТТК 20	Картофельное пюре	150	29	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 451	Биточек	60	45	10,7	8,2	9,9	155,3
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	40	3,5	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		450	81,00	17,00	17,40	68,80	510,00

Заведующий производством _____

Ответственный за питание _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГП «Школа-30»

28 февраля 2025 г.

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

ТТК 26	Каша пшенная молочная с маслом	200/10	37	8,1	10,8	39,9	290
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	45	4,5	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		505	81,00	19,50	17,20	90,50	590,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	22	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	90	63	13,7	19,6	5,4	252,9
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	170	18,7	6,6	5,5	40,2	236,7
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ИТОГО :		726	121,50	33,20	32,80	112,70	874,50

Комплекс на 150 руб с супом

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	24,5	10,3	7,7	17,7	182,7
ТТК 57	Рис припущенный	180	26,4	4,1	5	42,3	235,8
ТТК 523	Котлета натуральная из индейки	100	88,8	24,5	6,4	4,8	162,2
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	43	4,3	4,5	1	29,7	145
ИТОГО :		793	150,00	43,60	20,10	109,70	786,80

Комплекс на 150 руб

ТТК 45	Огурец свежий	15	7,5	0,1	0	0,5	2,4
ТТК 57	Рис припущенный	180	26,4	4,1	5	42,3	235,8
ТТК 523	Котлета натуральная из индейки	100	88,8	24,5	6,4	4,8	162,2
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 253	Сдоба со сгущенкой	100	20	8,1	4	49,8	269
ТТК 7	Батон	38	3,8	2,7	0,8	16,3	83,6
ИТОГО :		633	150,00	39,70	16,20	133,70	830,70

Бесплатное питание 81 руб

ТТК 51	Плов из птицы	240	74	17,6	13,5	48,4	389,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	3,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		490	81,00	21,40	14,60	89,80	577,50

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /
 / Степанова Дина Анатольевна /