



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

Завтрак

302	Каша овсяная молочная	200	33,5	7,9	8,6	34	245
432	Бутерброд с джемом	57	13,5	2,8	0,8	17,9	89,4
182	Кофейный напиток	200	11	2,3	1,6	16,2	86
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	10	17	0	7,3	0,1	66
ИТОГО :		467	75,00	13,00	18,30	68,20	486,40

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	14,5	4,8	5,5	13,6	123,3
304/ТТК	Каша пшенная вязкая	180	13,8	5,2	8,3	28,6	216
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	100	66	16	11,6	9,2	206
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	13	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	52	5,2	5,5	1,2	35,9	175,3
ИТОГО :		745	112,50	31,90	26,70	104,70	790,60

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	19,5	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	60/50	38,5	7	10	9	154
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	13	0,4	0,1	17,4	70
ИТОГО :		500	75,00	13,50	19,30	65,30	501,00

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 20	Картофельное пюре	170	24	3,6	9,3	24,6	214,2
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
738	Пирожки печеные с мясом и рисом	75	29,5	8,6	6,7	26,3	201,7
ТТК 188	Сок	190	22,5	0	0	26	104,5
ИТОГО :		535	140,00	28,80	26,00	80,00	704,20

Комплекс на 140 руб с супом

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей (250/25)	250/25	30	8,6	6,1	18,8	166,3
ТТК 20	Картофельное пюре	150	19,5	3,2	8,3	21,8	189
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
ТТК 188	Сок	190	22,5	0	0	26	104,5
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		755	140,00	31,30	25,30	86,80	731,60

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /



Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 27	Каша рисовая молочная с маслом	200/10	38	6,3	10,2	44,2	285,4
9	Маффин с шоколадной крошкой (70гр)	70	24,5	3,3	10,2	42,8	269
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		520	75,00	12,50	21,30	127,70	732,40

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	17,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	71,4	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	14,5	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	56	5,6	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		739	112,50	37,00	38,80	100,90	898,30

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	180	15	4,9	5,2	20,6	150
ТТК 225	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе	50/50	51,5	14,5	3,5	2,5	125
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 :		530	75,00	23,20	9,80	64,50	462,70

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 42	Макаронны с сыром	180	34,95	10,4	9,5	39	283,4
ТТК 466	Котлета "Переменка"	100	61,1	14,4	18,2	12,3	271,1
204	Шаньга с сыром	66	31,95	7,5	7,8	16,8	169,6
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ИТОГО :		546	140,00	32,60	35,50	98,30	841,10

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК82	Суп картофельный с горохом с мясом	250/12,5	26,5	9,6	8,2	17,7	184,3
ТТК 42	Макаронны с сыром	200	32,5	11,6	10,5	43,3	314,9
ТТК 466	Котлета "Переменка"	100	61,1	14,4	18,2	12,3	271,1
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
ТТК 7	Батон	29	2,9	2,1	0,6	12,4	63,8
ИТОГО :		842	140,00	43,30	38,60	150,40	1 119,60

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Степанова Дина Анатольевна /



Директор
Согласовано



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

Завтрак

ТТК 4	Яблоко	100	19	0,4	0	9,8	40,8
ТТК 26	Каша пшенная молочная с маслом	200/10	33	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 7	Батон	25	2,5	1,8	0,5	10,7	55
ТТК 16	Какао с молоком	200	20,5	3,6	2,7	22,9	127
ИТОГО :		535	75,00	13,90	14,00	83,30	512,80

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	23	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 462	Плов из свинины	250	74,5	20	17,1	45,2	428,6
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	9,5	0,6	0	24,1	94,7
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		728	112,50	29,20	25,50	103,30	767,60

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 462	Плов из свинины	230	66,5	18,4	15,7	41,6	394,3
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 :		480	75,00	22,20	16,80	83,00	582,00

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	25	5,6	7,9	13	144,7
ТТК 53	Помидор свежий	40	8	0,4	0	1,6	5,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,6	9,8	7	43	278,4
ТТК 234	Котлета домашняя	100	63,9	17,3	12,9	13,9	231,1
ТТК 186	Компот из апельсин	200	19	0,3	0,1	21,1	84
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		848	140,00	37,40	29,10	116,10	864,80

Комплекс на 140 руб с выпечкой

323	Слойка с сыром	70	48	11,1	21,2	18,1	304,1
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 186	Компот из апельсин	200	19	0,3	0,1	21,1	84
ИТОГО :		510	140,00	35,20	38,70	87,50	828,10

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



МЕНЮ



Директор

Согласовано

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

Завтрак

ТТК 190	Каша "Дружба" с маслом	200/10	30,5	6,5	10	36,2	261
ТТК 90	Сырники из творога	45	34,5	7,2	4,8	10,1	111,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	45	4	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		507	75,00	17,10	15,80	80,80	532,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	17	6,3	4,1	13,2	116
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
ТТК 20	Картофельное пюре	160	22,9	3,4	8,8	23,2	201,6
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	51	5,1	5,4	1,1	35,2	171,9
ИТОГО :		751	112,50	28,70	30,60	109,70	844,50

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 55	Рагу овощное "Школьное" (картофель, морковь, лук реп, капуста, зел гор)	150	20,5	4,5	9,8	28,5	221
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	85	47,6	18	7,3	15,3	197,4
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	3,4	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		485	75,00	26,30	18,20	85,20	606,10

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	190	76,5	19	18,6	31,4	376,2
0	Соус сметанный с томатом	50	6,5	0,8	1,9	3,2	33,3
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	34,5	9,3	15	22,3	263
181	Напиток клюквенный	200	22,5	0,1	0	22,6	89
ИТОГО :		530	140,00	29,20	35,50	79,50	761,50

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	260	23,4	6,6	4,3	13,7	120,6
ТТК 45	Огурец свежий	30	6	0,2	0	1	4,8
ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	190	76,5	19	18,6	31,4	376,2
0	Соус сметанный с томатом	50	6,5	0,8	1,9	3,2	33,3
181	Напиток клюквенный	200	22,5	0,1	0	22,6	89
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ИТОГО :		781	140,00	30,40	25,90	93,70	736,10

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Дина Анатольевна /



Директор

Согласовано



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

Завтрак

190	Каша "Дружба"	200	29	7,2	8	42,6	267,6
	Кексы для детского питания 28 гр	30	12	0	0	0	
ТТК 16	Какао с молоком	200	20,5	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	5	8,5	0	3,7	0,1	33
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		485	75,00	14,40	15,50	87,00	537,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	14,5	4,8	5,5	13,6	123,3
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	16,5	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 7	Батон	60	6	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		773	112,50	34,80	25,60	120,40	842,80

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	21	4,2	0,2	0	0,7	3,4
ТТК 42	Макароны с сыром	180	34,91	10,4	9,5	39	283,4
ТТК 234	Котлета домашняя	100	63,89	17,3	12,9	13,9	231,1
14	Маффин с цукатами (70гр)	70	31	3,1	9	42,8	259
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		578	140,00	31,20	31,40	111,60	838,00

Комплекс на 140 руб с супом

78	Солянка домашняя (мясо говяд, колбаса вар, колбаса п/к)	250/10	23,61	4,2	8,5	8,1	127
0	Сметана (порция)	10	4	0,3	1,5	0,4	16,2
ТТК 42	Макароны с сыром	180	26	8,3	7	32,9	230,4
ТТК 234	Котлета домашняя	100	63,89	17,3	12,9	13,9	231,1
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
ТТК 7	Батон	60	5	4,3	1,3	25,7	132
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		850	140,00	40,30	32,50	142,50	1 016,20

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	21,5	6,9	5,8	27,4	192
ТТК 411	Мясо отварное (филе кур)	70	46	23	1,9	0,8	112
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 :		460	75,00	33,00	8,60	65,30	469,70

ООО МАНГО

**МЕНЮ**

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

8 октября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Завтрак

209	Запеканка из творога со сгущенкой	100/20	67	15,6	21,5	24,1	352
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
783	Булочка с корицей	50	4,5	3,9	3	26	146,6
ИТОГО :		370	75,00	19,70	24,50	70,10	576,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 98	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	21	4,7	7,2	7,6	111,2
ТТК 145	Плов из птицы (индейка)	240	76,3	20,9	18,1	44,4	424,6
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	57	5,7	6	1,3	39,3	192,1
ИТОГО :		720	112,50	31,90	26,70	111,50	806,90

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	170	17	9,3	6,6	40,6	262,9
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	35	9,3	15	22,3	263
ТТК 188	Сок	200	24	0	0	27,4	110
ИТОГО :		560	140,00	35,20	31,60	93,40	819,70

Комплекс на 140 руб с супом

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/25/10	31,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,5	9,8	7	43	278,4
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
ТТК 188	Сок	200	24	0	0	27,4	110
ТТК 7	Батон	60	5	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		825	140,00	37,90	26,40	107,80	841,20

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	160	13,2	4,4	4,6	18,3	133,3
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	130	50,5	9,2	15,9	13,1	233
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		550	75,00	17,60	21,70	69,30	544,00

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /



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

Завтрак

ТТК 22	Каша манная молочная с маслом	200/10	28	7	9,8	38,1	270
ТТК 502	Бутерброд с сыром	40/20	23,5	8,5	6,2	21	173,7
	Лето на море Вафли 45г	50	20	3,6	11,3	25,9	219,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		520	75,00	19,30	27,30	105,00	741,00

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
ТТК 471	Макароны с курицей	300	71,4	27,6	22,2	49,1	506,5
ТТК 110	Компот из яблок	200	11,5	0,2	0,1	25,4	99
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ИТОГО :		774	112,50	36,50	30,70	110,20	860,10

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	20	3,7	0,2	0	0,7	3,2
ТТК 57	Рис припущенный	180	19,8	4,1	5	42,3	235,8
ТТК 392	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе с томатом	120	63	20,6	3,9	4,2	134,2
0	Пирожное бисквитное творожно-йогуртовое	65	26,5	0	0	0	
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 32	Компот из кураги и чернослива	200	22	0,8	0,1	31,2	125
ИТОГО :		635	140,00	29,30	10,10	99,80	608,20

Комплекс на 140 руб с супом

243	Рассольник домашний с курицей	250/12,5/10	28	5,5	8,4	15,3	158,1
ТТК 57	Рис припущенный	180	19,8	4,1	5	42,3	235,8
ТТК 392	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе с томатом	120	63	20,6	3,9	4,2	134,2
ТТК 32	Компот из кураги и чернослива	200	22	0,8	0,1	31,2	125
ТТК 7	Батон	72	7,2	5,2	1,6	30,8	158,4
ИТОГО :		845	140,00	36,20	19,00	123,80	811,50

Бесплатное питание 75 руб

719	Пельмени отварные с маслом (АБВГДейка)	150	61,5	28,5	12,9	54,6	462
ТТК 7	Батон	50	3,5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
0	Соус сметанный с томатом	50	6,5	0,8	1,9	3,2	33,3
ИТОГО :		450	75,00	33,10	15,90	99,20	683,00

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антониде 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»

10 октября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Завтрак

196	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	28,5	8,5	9,7	32,3	251
204	Шаньга с сыром	60	24	6,8	7,1	15,2	154,2
ТТК 188	Сок	200	22,5	0	0	27,4	110
ИТОГО :		470	75,00	15,30	16,80	74,90	515,20

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	17,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 270	Котлета "Нежная"	90	65,25	17,6	11	10,7	210
302/96	Каша пшеничная вязкая	160	12,25	4,8	6,5	26,7	189,9
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		718	112,50	35,50	25,20	105,30	789,20

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 20	Картофельное пюре	180	20,1	3,8	9,9	26,1	226,8
ТТК6	Бифштекс рубленый	90	95,4	23,4	20	0	273,2
111	Плюшка Московская с маком	105	21	10,1	14,5	65,5	434
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		575	140,00	37,50	44,40	111,60	1 011,70

Комплекс на 140 руб с супом

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	280	16	6,3	5,4	22,1	162,3
ТТК 20	Картофельное пюре	180	20,1	3,8	9,9	26,1	226,8
ТТК6	Бифштекс рубленый	90	95,4	23,4	20	0	273,2
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 :		800	140,00	37,30	36,40	89,60	850,00

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 57	Рис припущенный	170	18,7	3,9	4,8	39,9	222,7
64-23м-20 20	Биточек из курицы	80	43,2	16,7	4	12,3	150,7
0	Соус сметанный с томатом	55	6,6	0,8	2,1	3,5	36,7
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	30	3	2,2	0,7	12,8	66
ИТОГО :		535	75,00	23,80	11,60	88,50	553,80

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антониде Николаевна /

Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

11 октября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 42	Макароны с сыром	200	38,8	11,6	10,5	43,3	314,9
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
0	Булочка с орехами	60	13,2	0	0	0	
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	10	17	0	7,3	0,1	66
ИТОГО :		477	75,00	11,80	17,80	58,60	442,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/ 10	23	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 20	Картофельное пюре	150	21,5	3,2	8,3	21,8	189
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	53,5	14,5	15,1	15,6	254,1
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		723	112,50	29,20	32,10	117,20	882,70

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	16	3,2	0,1	0	0,5	2,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,5	9,8	7	43	278,4
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	70,8	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 49	Пирожки печеные с мясом	75	34	9,3	7,5	26,2	211
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ИТОГО :		591	140,00	38,40	40,80	104,40	939,20

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК81	Суп из овощей с курицей и сметаной	250/12,5/ 10	26	1,9	4,6	10,3	91
ТТК 45	Огурец свежий	31	6,2	0,2	0	1,1	5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,5	9,8	7	43	278,4
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	70,8	18,2	26,2	7,2	337,2
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
ИТОГО :		854	140,00	34,70	39,00	110,50	931,60

Бесплатное питание 75 руб

216	Картофель тушеный	150	18	3,1	12,6	24	222,2
ТТК 466	Котлета "Переменка"	80	48,8	11,5	14,6	9,8	216,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	4,7	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		490	75,00	19,10	28,50	79,50	648,80

Заведующий производством

/ Ярмиева Антониды 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»

12 октября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Комплекс на 140 руб

364	Салат "Нежный" (капуста свеж, огур свеж, зел гор конс)	75	10,3	1,3	7,4	3,1	84
ТТК 42	Макароны с сыром	180	31,2	8,3	7	32,9	230,4
ТТК	Купаты Гурман	80	45	10,8	22,5	2,7	255,6
259	Слойка с ветчиной и сыром	75	48,5	11,1	17	1,2	204
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		460	140,00	35,10	55,00	61,30	884,00

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	17,4	7	5,9	42,6	250,6
ТТК	Купаты Гурман	80	45	10,8	22,5	2,7	255,6
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
ТТК 7	Батон	41	4,1	3	0,9	17,5	90,2
ИТОГО :		501	75,00	20,80	29,30	86,40	686,40

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____

ООО МАНГО

Ответственный за питание

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

13 сентября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Завтрак

197	Омлет с сыром	115/5	58,5	12	17,3	1,7	211
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 :		380	72,50	17,60	22,40	44,20	448,70

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 22	Каша манная молочная с маслом	200/10	28	7	9,8	38,1	270
ТТК 7	Батон	65	6,5	4,7	1,4	27,8	143
ТТК 90	Сырники из творога	45	34,5	7,2	4,8	10,1	111,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		527	75,00	19,10	16,00	91,20	585,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	23	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 20	Картофельное пюре	160	20,8	3,4	8,8	23,2	201,6
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	47	14,5	15,1	15,6	254,1
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	52	5,2	5,5	1,2	35,9	175,3
ИТОГО :		735	112,50	29,00	32,40	112,70	864,30

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	16	3,2	0,1	0	0,5	2,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,5	9,8	7	43	278,4
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	70,8	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 49	Пирожки печеные с мясом	75	34	9,3	7,5	26,2	211
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ИТОГО :		591	140,00	38,40	40,80	104,40	939,20

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК 81	Суп из овощей с курицей и сметаной	250/12,5/10	26	1,9	4,6	10,3	91
ТТК 45	Огурец свежий	31	6,2	0,2	0	1,1	5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,5	9,8	7	43	278,4
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	70,8	18,2	26,2	7,2	337,2
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
ИТОГО :		854	140,00	34,70	39,00	110,50	931,60

Бесплатное питание 75 руб

216	Картофель тушеный	150	18	3,1	12,6	24	222,2
ТТК 466	Котлета "Переменка"	80	48,8	11,5	14,6	9,8	216,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	47	4,7	3,4	1	20,1	103,4
ИТОГО :		477	75,00	18,20	28,20	73,90	620,20

*Зав. кр. Артемьева Р.В.
 Отв. за кассу С.А. / Степанова Д.А.*

Вопросы и пожелания оставляйте в обратной связи на нашем сайте: **манго18.рф**

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

14 октября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 190	Каша "Дружба" с маслом	200/10	35,5	6,5	10	36,2	261
	Лето на море Вафли 45г	50	23	3,6	11,3	25,9	219,6
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		500	75,00	13,60	22,40	106,20	679,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	10,5	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 479	Котлета из индейки 90 гр	90	60,5	18,2	7,3	12	176,5
ТТК 57	Рис припущенный	150	16,5	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	8	9,6	0	5,8	0,1	52,8
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 7	Батон	59	5,9	4,2	1,3	25,3	129,8
ИТОГО :		717	112,50	29,20	24,70	115,10	788,90

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	156	12,45	6	5,1	36,9	217,2
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	90	44,55	13,2	5,2	3,9	116,1
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
103	Рулет с маком	100	14,5	7,8	8,7	48,4	305
ИТОГО :		546	75,00	27,20	19,00	109,20	716,00

Комплекс на 140 руб с супом

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/25/10	30,1	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 308	Рис с мексиканской смесью	180	28,2	5	5,3	37,4	217,3
ТТК 479	Котлета из индейки 90 гр	100	67,2	20,2	8,1	13,3	196,1
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ИТОГО :		815	140,00	37,60	23,00	115,50	808,20

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 308	Рис с мексиканской смесью	180	28,2	5	5,3	37,4	217,3
ТТК 479	Котлета из индейки 90 гр	100	67,2	20,2	8,1	13,3	196,1
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
0	Рулетик с дробсами	100	30,1	0	0	0	
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		630	140,00	30,40	14,90	106,90	671,20

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /



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

Завтрак

302	Каша овсяная молочная	200	33,5	7,9	8,6	34	245
782	Булочка Янтарная	70	13,5	0	0	0	
182	Кофейный напиток	200	11	2,3	1,6	16,2	86
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	10	17	0	7,3	0,1	66
ИТОГО :		480	75,00	10,20	17,50	50,30	397,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	14,5	4,8	5,5	13,6	123,3
304/ТТК	Каша пшеничная вязкая	180	13,8	5,2	8,3	28,6	216
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	100	66	16	11,6	9,2	206
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	13	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	52	5,2	5,5	1,2	35,9	175,3
ИТОГО :		745	112,50	31,90	26,70	104,70	790,60

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	19,5	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	60/50	38,5	7	10	9	154
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	13	0,4	0,1	17,4	70
ИТОГО :		500	75,00	13,50	19,30	65,30	501,00

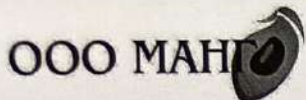
Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 20	Картофельное пюре	180	24	3,8	9,9	26,1	226,8
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
738	Пирожки печеные с мясом и рисом	75	29,5	8,6	6,7	26,3	201,7
ТТК 188	Сок	190	22,5	0	0	26	104,5
ИТОГО :		545	140,00	29,00	26,60	81,50	716,80

Комплекс на 140 руб с супом

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей (250/25)	250/25	25,5	8,6	6,1	18,8	166,3
ТТК 20	Картофельное пюре	180	24	3,8	9,9	26,1	226,8
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
ТТК 188	Сок	190	22,5	0	0	26	104,5
ТТК 7	Батон	55	4	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		800	140,00	33,00	27,20	97,50	802,40

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



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

16 октября 2024 г.



Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 27	Каша рисовая молочная с маслом	200/10	38	6,3	10,2	44,2	285,4
9	Маффин с шоколадной крошкой (70гр)	70	24,5	3,3	10,2	42,8	269
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		520	75,00	12,50	21,30	127,70	732,40

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	17,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	71,4	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	14,5	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	56	5,6	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		739	112,50	37,00	38,80	100,90	898,30

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	180	15	4,9	5,2	20,6	150
ТТК 225	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе	50/50	51,5	14,5	3,5	2,5	125
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 :		530	75,00	23,20	9,80	64,50	462,70

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 42	Макаронны с сыром	180	34,95	10,4	9,5	39	283,4
ТТК 466	Котлета "Переменка"	100	61,1	14,4	18,2	12,3	271,1
204	Шаньга с сыром	66	31,95	7,5	7,8	16,8	169,6
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ИТОГО :		546	140,00	32,60	35,50	98,30	841,10

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК82	Суп картофельный с горохом с мясом	250/12,5	26,5	9,6	8,2	17,7	184,3
ТТК 42	Макаронны с сыром	200	32,5	11,6	10,5	43,3	314,9
ТТК 466	Котлета "Переменка"	100	61,1	14,4	18,2	12,3	271,1
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
ТТК 7	Батон	29	2,9	2,1	0,6	12,4	63,8
ИТОГО :		842	140,00	43,30	38,60	150,40	1 119,60

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Степанова Дина Анатольевна /

ООО МАНГО



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

17 октября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 4	Яблоко	100	19	0,4	0	9,8	40,8
ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	33	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 7	Батон	25	2,5	1,8	0,5	10,7	55
ТТК 16	Какао с молоком	200	20,5	3,6	2,7	22,9	127
ИТОГО :		535	75,00	13,90	14,00	83,30	512,80

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	23	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 462	Плов из свинины	250	74,5	20	17,1	45,2	428,6
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	9,5	0,6	0	24,1	94,7
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		728	112,50	29,20	25,50	103,30	767,60

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 462	Плов из свинины	250	66,5	20	17,1	45,2	428,6
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 :		500	75,00	23,80	18,20	86,60	616,30

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	25	5,6	7,9	13	144,7
ТТК 53	Помидор свежий	40	8	0,4	0	1,6	5,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,6	9,8	7	43	278,4
ТТК 234	Котлета домашняя	100	63,9	17,3	12,9	13,9	231,1
ТТК 186	Компот из апельсинов	200	19	0,3	0,1	21,1	84
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		848	140,00	37,40	29,10	116,10	864,80

Комплекс на 140 руб с выпечкой

323	Слойка с сыром	70	48	11,1	21,2	18,1	304,1
ТТК 45	Огурец свежий	11	2,1	0,1	0	0,4	1,8
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	180	15	4,9	5,2	20,6	150
ТТК 234	Котлета домашняя	100	63,9	17,3	12,9	13,9	231,1
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		618	140,00	37,20	40,40	89,60	858,10

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антониды Николаевны /
 Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /



Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 42	Макароны с сыром	200	38,8	11,6	10,5	43,3	314,9
65	Салат из свежей капусты	100	6,5	1,5	5	9,2	87
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	8	13,6	0	5,8	0,1	52,8
ТТК 7	Батон	36	3,6	2,6	0,8	15,4	79,2
ИТОГО :		544	75,00	16,30	22,30	95,00	644,90

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	17	6,3	4,1	13,2	116
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
ТТК 20	Картофельное пюре	160	22,9	3,4	8,8	23,2	201,6
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	51	5,1	5,4	1,1	35,2	171,9
ИТОГО :		751	112,50	28,70	30,60	109,70	844,50

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 55	Рагу овощное "Школьное" (картофель, морковь, лук реп, капуста, зел гор)	150	20,5	4,5	9,8	28,5	221
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	90	47,6	19,1	7,7	16,2	209
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	3,4	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		490	75,00	27,40	18,60	86,10	617,70

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 52	Плов из говядины	250	83	19,1	21,9	53,9	494
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	34,5	9,3	15	22,3	263
181	Напиток клюквенный	200	22,5	0,1	0	22,6	89
ИТОГО :		540	140,00	28,50	36,90	98,80	846,00

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	270	23,4	6,8	4,4	14,3	125,3
ТТК 45	Огурец свежий	30	6	0,2	0	1	4,8
ТТК 52	Плов из говядины	250	83	19,1	21,9	53,9	494
181	Напиток клюквенный	200	22,5	0,1	0	22,6	89
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ИТОГО :		801	140,00	29,90	27,40	113,60	825,30

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



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

19 октября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Комплекс на 140 руб

ТТК 42	Макароны с сыром	175	34	10,1	9,2	37,9	275,5
	Люля-кебаб 50 гр	65	78	6,5	18,8	1,3	205,4
9	Маффин с шоколадной крошкой (70гр)	70	24,5	3,3	10,2	42,8	269
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		510	140,00	20,10	38,20	102,00	827,60

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 42	Макароны с сыром	175	34	10,1	9,2	37,9	275,5
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	60	33	9,6	6,9	5,5	123,6
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 :		480	75,00	23,10	17,10	82,70	575,80

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____ //



Директор

Согласовано



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

Завтрак

190	Каша "Дружба"	200	29	7,2	8	42,6	267,6
	Кексы для детского питания 28 гр	30	12	0	0	0	
ТТК 16	Какао с молоком	200	20,5	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	5	8,5	0	3,7	0,1	33
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		485	75,00	14,40	15,50	87,00	537,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	14,5	4,8	5,5	13,6	123,3
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	16,5	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 7	Батон	60	6	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		773	112,50	34,80	25,60	120,40	842,80

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	21	4,2	0,2	0	0,7	3,4
ТТК 42	Макароны с сыром	180	34,91	10,4	9,5	39	283,4
ТТК 234	Котлета домашняя	100	63,89	17,3	12,9	13,9	231,1
386	Перепечи мясо-капустные	70	31	6,9	4,5	14,8	126,4
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		578	140,00	35,00	26,90	83,60	705,40

Комплекс на 140 руб с супом

78	Солянка домашняя (мясо говяд, колбаса вар, колбаса п/к)	250/10	23,61	4,2	8,5	8,1	127
0	Сметана (порция)	10	4	0,3	1,5	0,4	16,2
ТТК 42	Макароны с сыром	180	26	8,3	7	32,9	230,4
ТТК 234	Котлета домашняя	100	63,89	17,3	12,9	13,9	231,1
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
ТТК 7	Батон	60	5	4,3	1,3	25,7	132
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		850	140,00	40,30	32,50	142,50	1 016,20

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	21,5	6,9	5,8	27,4	192
ТТК 411	Мясо отварное (филе кур)	70	46	23	1,9	0,8	112
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 :		460	75,00	33,00	8,60	65,30	469,70



Директор

Согласовано



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

Завтрак

209	Запеканка из творога со сгущенкой	100/20	67	15,6	21,5	24,1	352
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
783	Булочка с корицей	50	4,5	3,9	3	26	146,6
ИТОГО :		370	75,00	19,70	24,50	70,10	576,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 98	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	21	4,7	7,2	7,6	111,2
ТТК 145	Плов из птицы (индейка)	240	76,3	20,9	18,1	44,4	424,6
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	57	5,7	6	1,3	39,3	192,1
ИТОГО :		720	112,50	31,90	26,70	111,50	806,90

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	17	9,8	7	43	278,4
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	35	9,3	15	22,3	263
ТТК 188	Сок	200	24	0	0	27,4	110
ИТОГО :		570	140,00	35,70	32,00	95,80	835,20

Комплекс на 140 руб с супом

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/25/10	31,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,5	9,8	7	43	278,4
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
ТТК 188	Сок	200	24	0	0	27,4	110
ТТК 7	Батон	60	5	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		825	140,00	37,90	26,40	107,80	841,20

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	160	13,2	4,4	4,6	18,3	133,3
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	130	50,5	9,2	15,9	13,1	233
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		550	75,00	17,60	21,70	69,30	544,00

Заведующий производством _____

Ответственный за питание _____

_____ / Ярмиева Антониде Николаевна /

_____ / Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ



Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 22	Каша манная молочная с маслом	200/10	28	7	9,8	38,1	270
ТТК 502	Бутерброд с сыром	40/20	23,5	8,5	6,2	21	173,7
	Лето на море Вафли 45г	50	20	3,6	11,3	25,9	219,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		520	75,00	19,30	27,30	105,00	741,00

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
ТТК 471	Макаронны с курицей	300	71,4	27,6	22,2	49,1	506,5
ТТК 110	Компот из яблок	200	11,5	0,2	0,1	25,4	99
ТТК 7	Батон	51	5,1	3,7	1,1	21,8	112,2
ИТОГО :		774	112,50	36,50	30,70	110,20	860,10

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	20	3,7	0,2	0	0,7	3,2
ТТК 57	Рис припущенный	180	19,8	4,1	5	42,3	235,8
ТТК 392	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе с томатом	120	63	20,6	3,9	4,2	134,2
ТТК	Рогалик обсыпной с конфитюром	100	25,5	13,1	9,7	76,6	328,4
ТТК 7	Батон	60	6	4,3	1,3	25,7	132
ТТК 32	Компот из кураги и чернослива	200	22	0,8	0,1	31,2	125
ИТОГО :		680	140,00	43,10	20,00	180,70	958,60

Комплекс на 140 руб с супом

243	Рассольник домашний с курицей	250/12,5/10	28	5,5	8,4	15,3	158,1
ТТК 57	Рис припущенный	180	19,8	4,1	5	42,3	235,8
ТТК 392	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе с томатом	120	63	20,6	3,9	4,2	134,2
ТТК 32	Компот из кураги и чернослива	200	22	0,8	0,1	31,2	125
ТТК 7	Батон	72	7,2	5,2	1,6	30,8	158,4
ИТОГО :		845	140,00	36,20	19,00	123,80	811,50

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 57	Рис припущенный	150	19	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	70	42,5	11,2	8,1	6,4	144,2
ТТК 7	Батон	50	3,5	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
0	Соус сметанный с томатом	50	6,5	0,8	1,9	3,2	33,3
ИТОГО :		520	75,00	19,30	15,30	86,30	561,70

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /



Директор
Согласовано



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

Завтрак

196	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	28,5	8,5	9,7	32,3	251
204	Шаньга с сыром	60	24	6,8	7,1	15,2	154,2
ТТК 188	Сок	200	22,5	0	0	27,4	110
ИТОГО :		470	75,00	15,30	16,80	74,90	515,20

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	17,5	8,8	6,5	14,2	151,3
ТТК 270	Котлета "Нежная"	90	65,25	17,6	11	10,7	210
302/96	Каша пшеничная вязкая	160	12,25	4,8	6,5	26,7	189,9
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		718	112,50	35,50	25,20	105,30	789,20

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 20	Картофельное пюре	180	20,1	3,8	9,9	26,1	226,8
ТТК6	Бифштекс рубленый	90	95,4	23,4	20	0	273,2
111	Плюшка Московская с маком	105	21	10,1	14,5	65,5	434
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		575	140,00	37,50	44,40	111,60	1 011,70

Комплекс на 140 руб с супом

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	280	16	6,3	5,4	22,1	162,3
ТТК 20	Картофельное пюре	180	20,1	3,8	9,9	26,1	226,8
ТТК6	Бифштекс рубленый	90	95,4	23,4	20	0	273,2
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 :		800	140,00	37,30	36,40	89,60	850,00

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 309	Картофель тушеный	150	17,5	3	11	21,7	200
54-23м-20 20	Биточек из курицы	90	49,2	18,8	4,5	13,8	169,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	48	4,8	3,5	1,1	20,5	105,6
ИТОГО :		488	75,00	25,50	16,60	76,00	552,90

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /



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

Завтрак

ТТК 42	Макароны с сыром	200	38,8	11,6	10,5	43,3	314,9
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
0	Булочка с орехами	60	13,2	0	0	0	
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	10	17	0	7,3	0,1	66
ИТОГО :		477	75,00	11,80	17,80	58,60	442,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/ 10	23	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 20	Картофельное пюре	150	21,5	3,2	8,3	21,8	189
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	53,5	14,5	15,1	15,6	254,1
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		723	112,50	29,20	32,10	117,20	882,70

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	16	3,2	0,1	0	0,5	2,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,5	9,8	7	43	278,4
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	70,8	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 49	Пирожки печеные с мясом	75	34	9,3	7,5	26,2	211
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ИТОГО :		591	140,00	38,40	40,80	104,40	939,20

Комплекс на 140 руб с супом

ТТК81	Суп из овощей с курицей и сметаной	250/12,5/ 10	26	1,9	4,6	10,3	91
ТТК 45	Огурец свежий	31	6,2	0,2	0	1,1	5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,5	9,8	7	43	278,4
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	70,8	18,2	26,2	7,2	337,2
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
ИТОГО :		854	140,00	34,70	39,00	110,50	931,60

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	155	14,9	6	5	36,7	215,8
ТТК 466	Котлета "Переменка"	85	51,9	12,3	15,5	10,5	230,4
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	4,7	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		500	75,00	22,80	21,80	92,90	655,90

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

/ Степанова Дина Анатольевна /