

Вопросы и пожелания оставляйте в обратной связи на нашем сайте

манго18.рф

ООО МАНГО

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

2 сентября 2024 г.



МЕНЮ



Директор
Согласовано



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

190	Каша "Дружба"	220	28	7,9	8,8	46,9	294,3
Гот. изд.	Печенье сахарное "Слободка шахматная"	50	21	3,7	5,5	35,4	205,5
ТТК 16	Какао с молоком	200	20,5	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		525	75,00	19,20	18,20	128,70	747,80

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	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

Заведующий производством

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

Директор

Согласовано

ДЛЯ ДОКУМЕНТАЦИИ

ДОКУМЕНТАЦИИ



МЕНЮ

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	13,3	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	80	48,8	12,8	9,2	7,3	164,8
ТТК 7	Батон	39	3,9	2,8	0,9	16,7	85,8
ТТК 94	Чай с молоком	200	9	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		519	75,00	22,60	17,40	62,70	498,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	18	5,1	3,9	15,1	117,7
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	13,8	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	100	61	16	11,6	9,2	206
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	13	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 7	Батон	52	5,2	3,7	1,1	22,3	114,4
ИТОГО :		775	112,50	34,30	23,80	105,10	777,60

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

ТТК 20	Картофельное пюре	155	20	3,3	8,5	22,5	195,3
437/04	Гуляш из свинины	100	64	16,6	10	3,1	183,8
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	32	9,3	15	22,3	263
ТТК 188	Сок	200	24	0	0	27,4	110
ИТОГО :		545	140,00	29,20	33,50	75,30	752,10

Комплекс на 120 руб

ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом индейки	200/12,5/ 10	23	5,2	6,9	10,5	124,3
ТТК 57	Рис припущенный	150	16,5	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 6	Бифштекс рубленый	53	59,5	13,8	11,8	0	160,9
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 7	Батон	45	4,5	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		671	120,00	26,70	24,00	92,60	690,70

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /



МЕНЮ



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 234	Котлета домашняя	70	45,2	12,1	9	9,7	161,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
182	Кофейный напиток	200	11	2,3	1,6	16,2	86
ТТК 7	Батон	53	5,3	3,8	1,2	22,7	116,6
ИТОГО :		523	75,00	24,40	17,60	87,00	595,30

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	70,8	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	12,8	6,2	5,2	37,9	222,8
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	54	5,4	5,7	1,2	37,3	182
ИТОГО :		754	112,50	39,10	39,10	111,80	954,40

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	130	11,25	7,1	5	31	201,1
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
373	Булочка с кунжутом	50	8,75	4,5	4,2	18,7	133,3
ИТОГО :		480	75,00	26,30	12,70	72,20	537,10

Комплекс на 140 руб

ТТК 45	Огурец свежий	30	6	0,2	0	1	4,8
ТТК 57	Рис припущенный	150	16,5	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
259	Слойка с ветчиной и сыром	75	45,5	11,1	17	1,2	204
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		595	140,00	31,70	38,70	100,20	876,30

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонина Николаевна /

ООО МАНГО

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

5 сентября 2024 г.



МЕНЮ

Директор

Согласовано



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

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 4	Яблоко	116	22	0,5	0	11,4	47,3
ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	28,5	8,1	10,8	39,9	290
3	Бутерброд с сыром	45/15	18,5	7,6	5	23,6	170,2
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		593	75,00	16,40	15,80	90,10	568,60

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 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 51	Плов из птицы	250	67,5	18,3	14,1	50,4	406
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 :		490	75,00	21,40	15,00	87,50	571,70

Комплекс на 140 руб

ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной с мясом индейки	250/10/12,5	25	5,6	7,9	13	144,7
ТТК 45	Огурец свежий	35	7	0,3	0	1,2	5,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 479	Котлета из индейки	90	60,5	18,2	7,3	12	176,5
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
0	Плюшка Московская с корицей	100	17	10,1	14,5	65,5	434
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		898	140,00	46,60	36,80	175,90	1 213,80

Заведующий производством
Ответственный за питание

/ Ярминева Антонина Николаевна /

ООО МАНГО

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»
6 сентября 2024 г.



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

ТТК 27	Каша рисовая молочная с маслом	200/10	33	6,3	10,2	44,2	285,4
ТТК 90	Сырники из творога	45	34,5	7,2	4,8	10,1	111,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	45	4	3,2	1	19,3	99
ИТОГО :		500	75,00	16,90	16,00	93,60	573,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

110	Борщ с квашеной капустой с курицей со сметаной (200/12,5/10)	200/12,5/10	23	4,5	7,2	10,1	123,2
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	28,90	32,40	112,30	864,20

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 234	Котлета домашняя	70	45,2	12,1	9	9,7	161,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	58	5,8	4,2	1,3	24,8	127,6
ИТОГО :		478	75,00	21,00	20,10	83,00	588,10

Комплекс на 140 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	165	13	6,4	5,4	39,1	229,8
ТТК 6	Бифштекс рубленый	70	78,5	18,2	15,5	0	212,5
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	32	9,3	15	22,3	263
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ИТОГО :		525	140,00	34,90	36,00	88,90	815,30

Заведующий производством

/ Ярниева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание

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

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

7 сентября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Комплекс на 140 руб

44	Салат "Витаминный" (капуста св, морк, лук реп, перец св, зел гор конс)	80	16,8	1	2,6	9,4	65,6
ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	200	78,7	20	19,6	33	396
0	Пицца с колбасой п/к	110	38,5	6,8	9,1	5,7	132
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		597	140,00	28,00	31,30	63,30	654,70

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 477	Котлета "Нежная" (индека)	60	55	14	6,4	3,9	129,6
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 :		455	75,00	23,20	12,30	78,70	515,20

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____



МЕНЮ



Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 42	Макароны с сыром	175	28,5	10,1	9,2	37,9	275,5
9	Маффин с шоколадной крошкой (70гр)	70	23,5	3,3	10,2	42,8	269
	Сок Сады придонья	200	25	0	0	23	92
ИТОГО :		445	77,00	13,40	19,40	103,70	636,50

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

190	Каша "Дружба"	200	25,5	7,2	8	42,6	267,6
	Печенье сахарное "Слободка шахматная" 50 гр	0	21	3,7	5,5	35,4	205,5
ТТК 16	Какао с молоком	200	20,5	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		450	72,00	18,10	17,30	122,30	710,10

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	14,5	5,1	3,9	15,1	117,7
302/96	Каша пшеничная вязкая	150	9	4,5	6,1	25	178
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 188	Сок	200	24	0	0	27,4	110
ТТК 7	Батон	60	6	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		763	112,50	29,90	23,80	108,60	767,70

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 45	Огурец свежий	10	2	0,1	0	0,3	1,6
ТТК 42	Макароны с сыром	175	28,5	10,1	9,2	37,9	275,5
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
739	Слойка с мясом	75	48,5	0	0	0	
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		550	140,00	26,00	20,80	70,70	562,80

Комплекс на 140 руб с супом

78	Солянка домашняя (мясо говяд, колбаса вар, колбаса п/к)	250/10	29	4,2	8,5	8,1	127
0	Сметана (порция)	10	4	0,3	1,5	0,4	16,2
ТТК 45	Огурец свежий	20	4	0,2	0	0,7	3,2
ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	21,5	6,9	5,8	27,4	192
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
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		770	140,00	32,80	28,60	104,70	798,90

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)	50	46	16,4	1,3	0,6	80
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 :		440	75,00	26,40	8,00	65,10	437,70

Отв. за питание С.С. Степанов Д.А.

Зав. кр. Артемьев Д.И.



Директор

Согласовано



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

Комплекс ГПД

ТТК 45	Огурец свежий	26	5,1	0,2	0	0,9	4,2
ТТК 14	Жаркое по-домашнему (свинина)	260	75,4	18,6	14,5	29,1	335,8
ТТК 186	Компот из апельсин	200	19	0,3	0,1	21,1	84
373	Булочка с кунжутом	60	10,5	5,4	5,1	22,5	160
ИТОГО :		546	110,00	24,50	19,70	73,60	584,00

Комплекс ГПД 2

78	Солянка домашняя (мясо говяд, колбаса вар, колбаса п/к)	220	25,5	3,7	7,5	7,1	111,8
ТТК 14	Жаркое по-домашнему (свинина)	260	75,4	18,6	14,5	29,1	335,8
ТТК 186	Компот из апельсин	200	19	0,3	0,1	21,1	84
373	Булочка с кунжутом	58	10,1	5,2	4,9	21,8	154,7
ИТОГО :		738	130,00	27,80	27,00	79,10	686,30

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
Ответственный за питание _____ / Степанов Д.А.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

10 сентября 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	59	15,6	21,5	24,1	352
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		320	62,50	15,80	21,50	44,10	429,70

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 462	Плов из свинины	200	59,6	16	13,7	36,2	342,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	54	5,4	5,7	1,2	37,3	182
ИТОГО :		504	75,00	22,10	15,80	100,00	636,80

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	157	13,6	8,6	6,1	37,5	242,8
437/04	Гуляш из свинины	110	70,4	18,3	10,9	3,4	202,2
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	32	9,3	15	22,3	263
ТТК 188	Сок	200	24	0	0	27,4	110
ИТОГО :		557	140,00	36,20	32,00	90,60	818,00

Комплекс на 140 руб с супом

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/25/10	33,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
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	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		790	140,00	36,00	25,10	98,40	783,80

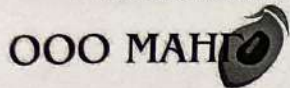
Бесплатное питание 75 руб

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	130	50,5	9,2	15,9	13,1	233
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		542	75,00	21,60	22,90	87,60	647,10

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антониды Николаевны /



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

10 сентября 2024 г.



МЕНЮ

Директор

Согласовано



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

Комплекс ГПД

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	200	17,3	10,9	7,7	47,7	309,3
437/04	Гуляш из свинины	120	76,8	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 110	Компот из яблок	200	11,5	0,2	0,1	25,4	99
ТТК 7	Батон	44	4,4	3,2	1	18,8	96,8
ИТОГО :		564	110,00	34,20	20,70	95,60	725,60

Комплекс ГПД 2

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	23	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	165	14,3	9	6,4	39,4	255,2
437/04	Гуляш из свинины	120	76,8	19,9	11,9	3,7	220,5
ТТК 110	Компот из яблок	200	11,5	0,2	0,1	25,4	99
ТТК 7	Батон	44	4,4	3,2	1	18,8	96,8
ИТОГО :		752	130,00	36,90	26,60	97,80	794,80

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
 Ответственный за питание _____ / Степанова Д.А.

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

11 сентября 2024 г.

Директор

Согласовано

ДОКУМЕНТОВ

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
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		470	55,00	15,70	16,00	79,10	521,40

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
81/08	Фрикадельки "Петушок"	70	40,2	10	12	6,7	173,1
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	38	3,8	2,7	0,8	16,3	83,6
ИТОГО :		508	75,00	22,30	19,60	89,20	620,70

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	26	5,2	0,2	0	0,9	4,2
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
213	Эчпочмак	100	30	8	11	23,8	228
ТТК 32	Компот из кураги и чернослива	200	22	0,8	0,1	31,2	125
ИТОГО :		626	140,00	33,70	20,00	102,40	727,20

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	68	28,5	12,9	54,6	462
ТТК 7	Батон	35	3,5	2,5	0,8	15	77
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		385	75,00	31,20	13,70	89,60	616,70

Заведующий производством

Отв. за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Степанов Д.А.

Вопросы и пожелания оставляйте в обратной связи на нашем сайте:

манго18.рф

ООО МАНГО



МЕНЮ

МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

11 сентября 2024 г.

Директор

Согласовано



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

Комплекс ГПД

ТТК 20	Картофельное пюре	166	21,5	3,5	9,1	24,1	209,2
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба" (индейка)	100	74	16,4	12,2	9,8	207,5
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		516	110,00	25,10	22,80	90,10	674,50

Комплекс ГПД 2

92	Уха со взбитым яйцом	150	24	3,8	2,5	7,9	69,6
ТТК 20	Картофельное пюре	150	19,5	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба" (индейка)	100	74	16,4	12,2	9,8	207,5
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ТТК 7	Батон	30	3	2,2	0,7	12,8	66
ИТОГО :		630	130,00	27,20	24,10	87,10	679,90

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Стиманова Д. А.

12 сентября 2024 г.



МЕНЮ



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
201	Рогалик обсыпной с вареной сгущенкой	100	25,5	2,8	8,9	49,3	289
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
ИТОГО :		510	62,50	11,30	18,60	105,20	630,00

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 502	Бутерброд с сыром	40/20	18,5	8,5	6,2	21	173,7
196	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	28,5	8,5	9,7	32,3	251
ТТК 4	Яблоко	105	19,9	0,4	0	10,3	42,8
ТТК 94	Чай с молоком	180	8,1	1,4	1,4	14,2	72,9
ИТОГО :		555	75,00	18,80	17,30	77,80	540,40

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 270	Котлета "Нежная"	90	65,2	17,6	11	10,7	210
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	48	4,8	3,5	1,1	20,5	105,6
ИТОГО :		701	112,50	38,40	24,40	111,40	815,90

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 20	Картофельное пюре	155	20,1	3,3	8,5	22,5	195,3
ТТК6	Бифштекс рубленый	85	95,4	22,1	18,9	0	258
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 :		545	140,00	35,70	41,90	108,00	965,00

Комплекс на 140 руб с супом

83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	222,5	16,9	5	4,3	17,6	129
ТТК 20	Картофельное пюре	150	19,5	3,2	8,3	21,8	189
ТТК6	Бифштекс рубленый	85	95,4	22,1	18,9	0	258
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 :		705	140,00	33,90	32,50	79,50	757,10

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 57	Рис припущенный	170	18,7	3,9	4,8	39,9	222,7
54-23М-20 20	Биточек из курицы	80	43,7	16,7	4	12,3	150,7
0	Соус сметанный с томатом	55	6,6	0,8	2,1	3,5	36,7
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		512	75,00	21,60	10,90	70,90	471,20

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанова Д.А.

Вопросы и пожелания оставляйте в обратной связи на нашем сайте:

манго18.рф

ООО МАНГО



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30

12 сентября 2024 г

Директор

Согласовано



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

Комплекс ГПД

ТТК 45	Огурец свежий	28	5,6	0,2	0	1	4,5
ТТК 57	Рис припущенный	200	22	4,6	5,6	47	262
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	120	59,4	17,6	7	5,2	154,8
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
373	Булочка с кунжутом	60	10,5	5,4	5,1	22,5	160
ИТОГО :		608	110,00	28,40	17,90	102,70	692,30

Комплекс ГПД 2

108/05	Суп картофельный с клецками с курицей	250/12,5	21	6,4	6,8	23,7	181,9
ТТК 45	Огурец свежий	28	5,6	0,2	0	1	4,5
ТТК 57	Рис припущенный	191	21	4,4	5,3	44,9	250,2
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	120	59,4	17,6	7	5,2	154,8
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
373	Булочка с кунжутом	60	10,5	5,4	5,1	22,5	160
ИТОГО :		862	130,00	34,60	24,40	124,30	862,40

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антониде Николаевна /
 Ответственный за питание _____ / Степанова Д. А.

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

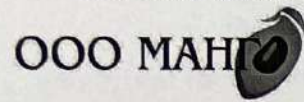
Комплекс на 140 руб с супом

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 питание С.С. / Степанова Д.А.*



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

13 сентября 2024 г.



Директор
Согласовано

Для Документа

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

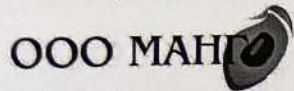
Комплекс ГПД

ТТК 45	Огурец свежий	30	6	0,2	0	1	4,8
ТТК 464	Паста с курицей и соусом Бешамель	260	79,5	26	12,6	37,8	372,5
ТТК 187	Компот из вишни	200	19	0,2	0	23,7	92
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		545	110,00	30,40	13,80	86,00	590,30

Комплекс ГПД 2

ТТК 134	Суп крестьянский с курицей со сметаной с крупой (пшеничная)	250/12,5/10	21,5	5,7	8,3	14,2	152,6
ТТК 45	Огурец свежий	30	6	0,2	0	1	4,8
ТТК 464	Паста с курицей и соусом Бешамель	260	79,5	26	12,6	37,8	372,5
ТТК 187	Компот из вишни	200	19	0,2	0	23,7	92
ТТК 7	Батон	40	4	2,9	0,9	17,1	88
ИТОГО :		803	130,00	35,00	21,80	93,80	709,90

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /
 Ответственный за питание _____ / Степанов Д. А. /



МЕНЮ

Директор
Для
Согласовано



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

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 42	Макароны с сыром	170	24,5	7,8	6,6	31,1	217,6
ТТК	Купаты Гурман	80	45	10,8	22,5	2,7	255,6
259	Слойка с ветчиной и сыром	75	45,5	11,1	17	1,2	204
	Сок Сады придонья	200	25	0	0	23	92
ИТОГО :		525	140,00	29,70	46,10	58,00	769,20

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	21,5	6,9	5,8	27,4	192
ТТК	Купаты Гурман	80	45	10,8	22,5	2,7	255,6
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	25	2,5	1,8	0,5	10,7	55
ИТОГО :		462	75,00	19,70	28,80	56,00	563,70

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

190	Каша "Дружба"	220	28	7,9	8,8	46,9	294,3
Гот. изд.	Печенье сахарное "Слободка шахматная"	50	21	3,7	5,5	35,4	205,5
ТТК 16	Какао с молоком	200	20,5	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		525	75,00	19,20	18,20	128,70	747,80

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	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	33,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 308	Рис с мексиканской смесью	175	25,08	4,9	5,1	36,3	211,3
ТТК 479	Котлета из индейки	100	67,22	20,2	8,1	13,3	196,1
ТТК 7	Батон	47	4,7	3,4	1	20,1	103,4
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ИТОГО :		807	140,00	37,30	22,70	113,10	795,60

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 308	Рис с мексиканской смесью	178	25,5	5	5,2	37	214,9
ТТК 479	Котлета из индейки	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 цукатами	90	37,8	4,8	5,3	33,3	198,9
ИТОГО :		568	140,00	31,60	19,00	118,40	757,70

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антониде Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Степанова Дина Анатольевна /



Директор

Согласовано

ДОКУМЕНТОВ

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

Завтрак

ТТК 45	Огурец свежий	10	2	0,1	0	0,3	1,6
ТТК 24	Каша овсяная "Геркулес"	200/10	36	7,8	12,7	34,3	283
ТТК 502	Бутерброд с сыром	40/20	23,5	8,5	6,2	21	173,7
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
ИТОГО :		480	70,00	16,40	18,90	79,20	548,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	18	5,1	3,9	15,1	117,7
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	13,8	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 146	Суфле "Куточка ряба"	100	61	16	11,6	9,2	206
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 313	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	13	0,4	0,1	17,4	70
ТТК 7	Батон	52	5,2	3,7	1,1	22,3	114,4
ИТОГО :		775	112,50	34,30	23,80	105,10	777,60

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	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 49	Пирожки печеные с мясом	75	34	9,3	7,5	26,2	211
ТТК 188	Сок	190	22,5	0	0	26	104,5
ИТОГО :		515	140,00	29,10	25,80	77,10	688,30

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

Специальный са питание

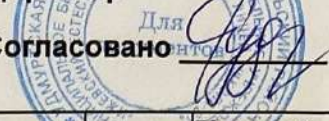
/ Ярмиева Антонина Николаевна /

/ Степанов Дана Александровна



Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 27	Каша рисовая молочная с маслом	215	33,5	6,5	10,4	45,3	292,2
14	Маффин с цукатами (70гр)	70	30,5	3,1	9	42,8	259
182	Кофейный напиток	200	11	2,3	1,6	16,2	86
ИТОГО :		485	75,00	11,90	21,00	104,30	637,20

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 386	Бефстроганов (филе куриное)	120	70,8	18,2	26,2	7,2	337,2
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	12,8	6,2	5,2	37,9	222,8
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	54	5,4	5,7	1,2	37,3	182
ИТОГО :		754	112,50	39,10	39,10	111,80	954,40

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	130	11,25	7,1	5	31	201,1
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
373	Булочка с кунжутом	50	8,75	4,5	4,2	18,7	133,3
ИТОГО :		480	75,00	26,30	12,70	72,20	537,10

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 42	Макаронны с сыром	175	28	10,1	9,2	37,9	275,5
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
259	Слойка с ветчиной и сыром	75	45	11,1	17	1,2	204
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ИТОГО :		540	140,00	34,50	42,60	80,40	840,50

Комплекс на 140 руб с супом

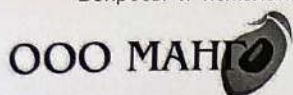
ТТК82	Суп картофельный с горохом с мясом	250/12,5	26,5	9,6	8,2	17,7	184,3
ТТК 42	Макаронны с сыром	200	32,5	11,6	10,5	43,3	314,9
ТТК 466	Котлета "Переменка"	100	61,1	14,4	18,2	12,3	271,1
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5	5,3	1,1	34,5	168,5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

/ Степанов Дина Анатольевна /



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

19 сентября 2024 г.



Директор

Согласовано



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

Завтрак

ТТК 4	Яблоко	118	22,5	0,5	0	11,6	48,1
ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	28,5	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ТТК 316	Компот из земляники	200	13,5	0,2	0,1	31,8	124
ИТОГО :		583	70,00	12,80	12,10	106,80	583,10

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	225	67	18	15,4	40,7	385,7
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 :		470	75,00	21,40	16,40	80,00	562,40

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	50	10	0,5	0	2	7
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	190	16,4	10,4	7,3	45,3	293,9
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	57	5,7	4,1	1,3	24,4	125,4
ИТОГО :		870	140,00	38,20	29,50	119,70	886,10

Комплекс на 140 руб с выпечкой

739	Слойка с ветчиной	75	42,5	8,3	16,6	19,4	258,6
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	170	14,6	9,3	6,6	40,6	262,9
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
ИТОГО :		545	140,00	35,20	36,20	95,00	836,60

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антониде Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Степанов Дима Анатольевич

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

20 сентября 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	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 20	Картофельное пюре	150	19,5	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	55	13	16,4	11,1	244
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	45	4,5	4,7	1	31	151,7
ИТОГО :		735	112,50	28,20	29,90	104,60	810,70

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 234	Котлета домашняя	70	45,2	12,1	9	9,7	161,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	58	5,8	4,2	1,3	24,8	127,6
ИТОГО :		478	75,00	21,00	20,10	83,00	588,10

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	205	80,6	20,5	20,1	33,8	405,9
0	Соус сметанный с томатом	45	5,4	0,7	1,7	2,9	30
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	32	9,3	15	22,3	263
ТТК 32	Компот из кураги и чернослива	200	22	0,8	0,1	31,2	125
ИТОГО :		540	140,00	31,30	36,90	90,20	823,90

Комплекс на 140 руб с супом

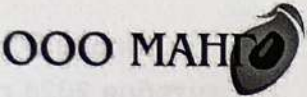
ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	260	23,4	6,6	4,3	13,7	120,6
ТТК 45	Огурец свежий	15	3	0,1	0	0,5	2,4
ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	205	80,6	20,5	20,1	33,8	405,9
0	Соус сметанный с томатом	50	6	0,8	1,9	3,2	33,3
ТТК 32	Компот из кураги и чернослива	200	22	0,8	0,1	31,2	125
ТТК 7	Батон	50	5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		780	140,00	32,40	27,50	103,80	797,20

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

/ Степанов Данил Анатольевич



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

21 сентября 2024 г.



Директор
Согласовано



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

Комплекс на 140 руб с выпечкой

ТТК 42	Макароны с сыром	170	27,5	9,8	8,9	36,8	267,7
ТТК 223	Колбаски русские	50/25	50,5	9,1	6	3	102
739	Слойка с мясом	75	48,5	0	0	0	
ТТК 316	Компот из земляники	200	13,5	0,2	0,1	31,8	124
ИТОГО :		520	140,00	19,10	15,00	71,60	493,70

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 42	Макароны с сыром	170	24	7,8	6,6	31,1	217,6
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	25	2,5	1,8	0,5	10,7	55
ИТОГО :		475	75,00	20,60	29,60	64,50	605,90

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Степанов Д.А.



ООО МАНГО



МЕНЮ



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

Завтрак

209	Запеканка из творога со сгущенкой	122	59,5	15,9	21,9	24,5	357,9
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
	Кексы для детского питания 28 гр	0	12	0	0	0	
ИТОГО :		322	75,00	16,10	21,90	44,50	435,60

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	157	13,6	8,6	6,1	37,5	242,8
437/04	Гуляш из свинины	110	70,4	18,3	10,9	3,4	202,2
ТТК 31	Сосиска в тесте (колбаски детские)	90	32	9,3	15	22,3	263
ТТК 188	Сок	200	24	0	0	27,4	110
ИТОГО :		557	140,00	36,20	32,00	90,60	818,00

Комплекс на 140 руб с супом

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/25/10	33,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
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	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ИТОГО :		790	140,00	36,00	25,10	98,40	783,80

Бесплатное питание 75 руб

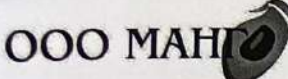
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 91	Тефтели с рисом в соусе	130	50,5	9,2	15,9	13,1	233
ТТК 7	Батон	55	5,5	4	1,2	23,5	121
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		542	75,00	21,60	22,90	87,60	647,10

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Степанова Дина Анатольевна /



МЕНЮ

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
ТТК 4	Яблоко	106	20	0,4	0	10,4	43,2
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		576	75,00	16,10	16,00	89,50	564,60

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	26	5,2	0,2	0	0,9	4,2
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
213	Эчпочмак	100	30	8	11	23,8	228
ТТК 32	Компот из кураги и чернослива	200	22	0,8	0,1	31,2	125
ИТОГО :		626	140,00	33,70	20,00	102,40	727,20

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	68	28,5	12,9	54,6	462
ТТК 7	Батон	35	3,5	2,5	0,8	15	77
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		385	75,00	31,20	13,70	89,60	616,70

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



МЕНЮ



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

26 сентября 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	57	24	6,5	6,8	14,5	146,4
ТТК 188	Сок	190	22,5	0	0	26	104,5
ИТОГО :		457	75,00	15,00	16,50	72,80	501,90
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	65,2	17,6	11	10,7	210
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 183	Компот из изюма	200	12	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	48	4,8	3,5	1,1	20,5	105,6
ИТОГО :		701	112,50	38,40	24,40	111,40	815,90
Комплекс на 140 руб с выпечкой							
ТТК 20	Картофельное пюре	155	20,1	3,3	8,5	22,5	195,3
ТТК6	Бифштекс рубленый	85	95,4	22,1	18,9	0	258
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 :		545	140,00	35,70	41,90	108,00	965,00
Комплекс на 140 руб с супом							
83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	222,5	16,9	5	4,3	17,6	129
ТТК 20	Картофельное пюре	150	19,5	3,2	8,3	21,8	189
ТТК6	Бифштекс рубленый	85	95,4	22,1	18,9	0	258
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 :		705	140,00	33,90	32,50	79,50	757,10
Бесплатное питание 75 руб							
ТТК 57	Рис припущенный	170	18,7	3,9	4,8	39,9	222,7
54-23М-20 20	Биточек из курицы	80	43,7	16,7	4	12,3	150,7
0	Соус сметанный с томатом	55	6,6	0,8	2,1	3,5	36,7
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		512	75,00	21,60	10,90	70,90	471,20

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Степанова Дина Анатольевна /

ООО МАНГО



МБОУ «ИЕГЛ «Школа-30»

27 сентября 2024 г.

Директор

Согласовано

Для документа

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 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
373	Булочка с кунжутом	60	10,5	5,4	5,1	22,5	160
ИТОГО :		387	75,00	17,60	22,40	39,40	432,10

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

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	47	4,7	3,4	1	20,1	103,4
ИТОГО :		477	75,00	18,20	28,20	73,90	620,20

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»

28 сентября 2024 г.



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

Комплекс на 140 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	12	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 230	Окорочка запеченные	95	68	27,6	14,6	0,8	246,1
251	Королевская ватрушка	100	56,5	0	0	0	
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		545	140,00	33,60	19,50	56,30	532,70

Бесплатное питание 75 руб

ТТК 42	Макароны с сыром	140/10	21,5	6,9	5,8	27,4	192
ТТК	Купаты Гурман	80	45	10,8	22,5	2,7	255,6
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	25	2,5	1,8	0,5	10,7	55
ИТОГО :		462	75,00	19,70	28,80	56,00	563,70

Заведующий производством _____

/ Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____

/ Степанова Д.А.



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	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	33,5	7,2	8,1	8,6	137
ТТК 308	Рис с мексиканской смесью	175	25,08	4,9	5,1	36,3	211,3
ТТК 479	Котлета из индейки	100	67,22	20,2	8,1	13,3	196,1
ТТК 7	Батон	47	4,7	3,4	1	20,1	103,4
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	9,5	1,6	0,4	34,8	147,8
ИТОГО :		807	140,00	37,30	22,70	113,10	795,60

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	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	105	35,1	0	0	0	
ИТОГО :		585	140,00	26,80	13,80	85,50	561,20

Заведующий производством _____ / Ярмиева Антонида Николаевна /

Ответственный за питание _____ / Степанова Дина Анатольевна /