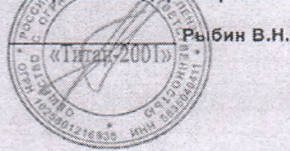


Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»



Рыбин В.Н.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57



**МЕНЮ**  
на 1 ноября 2024 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	13,12
2	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	4,72
3	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,04
4	Булочка домашняя 100 г	312/2009	100	7,28	11,78	61,32	380,4	10,18
5	Булочка домашняя 50 г	312/2009	50	3,64	5,89	30,66	190,2	5,09
6	Булочка дорожная 100		100					8,86
7	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,43
8	Булочка сдобная с помидой 100гр		100					11,66
9	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	19,44
10	Бутерброд с сыром 35 гр	91/2013	35	5	8,1	7,4	123	22,51
11	Ватрушка куриным фаршем и сыром 100 г	69	100	9,89	16,25	28,3	229	33,11
12	Ватрушка мясным фаршем и сыром 100 г	69	100	9,89	16,25	28,3	229	49,87
13	Ватрушка с сыром 70 г	69	80	9,89	16,25	28,3	229	28,24
14	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,83
15	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	13,81
16	Вода пит. не газир. 0,5 л		1 шт					22,00
17	Голубцы с рисом и мясом, 179/2009 210 г		210					76,13
18	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					68,52
19	Жаркое по-домашнему 200 181-2009		200					95,26
20	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150 /20	313/2013	150/20	25,44	26,9	35	490,6	94,41
21	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,73
22	Йогурт 4% Греческий							51,36
23	Йогурт 4% с наполнителем							59,74
24	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	17,57
25	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	27,00
26	Картофель отварной 150гр 2009-239		150					12,70
27	Картофель тушеный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	15,72
28	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	24,61
29	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,86
30	Каша манная молочная жидкая 200гр	262/2013	200	6,2	7,46	30,86	215,4	18,50
31	Каша молочная "Геркулес" жидкая 200гр	266/2013	200	7,16	9,4	28,8	228,4	19,57
32	Каша молочная пшеничная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	19,64
33	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	21,80
34	Кекс Столичный, 75 гр(без изюма)		75					27,82
35	Кефир 200 гр	516/2013	200	5,8	5	8	100	31,79
36	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,85
37	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,15
38	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,18
39	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
40	Коржик молочный 80гр 318/2009		80					19,74
41	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					39,95
42	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					37,15
43	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	59,24
44	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	53,26
45	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,87
46	Котлеты рубленые с белокочанной капустой 90 гр 2004-455		90					53,09
47	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	53,66
48	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,47
49	Кофейный напиток с молоком		200					8,86
50	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	43,90
51	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	12,25
52	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
53	Молоко кипяченое 200г.	515/2013	200	5,8	5	9,6	106	20,65
54	Напиток апельсиновый 699/2009							9,61
55	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	9,87
56	Огурец соленый 40г	247/2009	40	0,44	0,04	0,92	52	10,71
57	Омлет натуральный 200 гр	301/2013	200	17,23	26,77	4,61	326,15	67,13
58	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,97
59	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,33
60	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,62
61	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,42
62	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	11,95
63	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,18
64	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,09
65	Плов из говядины 180гр	244/2015	180	18,36	17,2	29,25	356,4	86,51
66	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	47,61

67	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75						41,62
68	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44		204,05	40,84
69	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62		165,6	23,73
70	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3		162	17,12
71	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72		317,7	39,79
72	Расстегай с мясом 75гр	353/2009	75	5,66	4,3	32,02		270,2	34,66
73	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57		245,5	17,57
74	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3		143	59,51
75	Ряженка 200 г	516/2013	200	5,8	5	8		100	29,65
76	Салат "Степной" из разных овощей 100гр	25/2004	100	1,9	7,7	9,6		116	15,80
77	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6		136	8,71
78	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3		109	20,02
79	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38		136,8	7,28
80	Салат из моркови с изюмом 100гр 2009-13		100						13,86
81	Салат из моркови с курагой 100 гр	62/2013	100	1,6	0,1	15,1		68	8,62
82	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4		89	6,36
83	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3		99	10,36
84	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8		55,77	26,90
85	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4		110	8,80
86	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68		102,89	12,12
87	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2		84,8	21,75
88	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2		84,8	16,24
89	Сосиска в тесте запеченная 100г		100						32,33
90	Сосиска отварная 55гр 205-2009		55						30,35
91	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59		115,24	20,99
92	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87		114	10,30
93	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11		85,75	8,11
94	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12		108	14,53
95	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68		109	6,17
96	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр	53/2009	250	6,98	7,65	24,66		195,1	16,77
97	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99		117	3,48
98	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42			54	14,62
99	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44		196,14	74,65
100	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2		61	4,34
101	Чай с молоком, 200	495/2013		1,5	1,3	15,9		81	5,72
102	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15		60	2,25
103	Чахохбили 491/2004 125 г		125						54,49
104	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77		83	12,71
	<b>Итого за</b>			<b>467,81</b>	<b>600,05</b>	<b>1 512,65</b>		<b>13 669,67</b>	<b>2 637,75</b>
	<b>Итого за день</b>			<b>467,81</b>	<b>600,05</b>	<b>1 512,65</b>		<b>13 669,67</b>	<b>2 637,75</b>

Калькулятор     

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»



Рыбин В.Н.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57



**МЕНЮ**  
на 5 ноября 2024 г.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Каша "Дружба" 150	260/2013	150	3,94	8,74	18,79	169,65	18,47
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,32
3	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	19,46
4	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
5	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,24
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
7	Батон 44	111/213	44	4,46	1,29	22,95	117	6,22
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>18,02</b>	<b>29,62</b>	<b>81,37</b>	<b>638,85</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	24,61
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,24
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
4	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
5	Батон 45	111/2013	45	3	1,16	20,6	104,8	6,36
	<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>15,6</b>	<b>20,06</b>	<b>64,9</b>	<b>481,4</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из моркови 60г	9/2009	60	0,68	6,04	6,23	82,08	4,37
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	12,71
3	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	10,21
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	53,26
5	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,15
6	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	4,38
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
	<b>Итого за Обед</b>			<b>28,3</b>	<b>29</b>	<b>98,35</b>	<b>769,6</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,28
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	8,19
3	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	12,25
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,87
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
6	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,20
	<b>Итого за 2-й Обед</b>			<b>28,49</b>	<b>31,49</b>	<b>98,01</b>	<b>791,14</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	11,95
	<b>Итого за Полдник</b>			<b>6,8</b>	<b>4,86</b>	<b>56,32</b>	<b>296,42</b>	<b>28,19</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	8,80
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,02
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,36
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	6,17
5	Суп картофельный с клецками 250/30 46/2009		250/30					12,18
6	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	47,61
7	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	59,64
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	23,73
9	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,83
12	Пирожок с картофелем 738,757/2004		75					8,52
	<b>Итого за Буфет</b>							
<b>Диетическое питание</b>								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,86
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,62
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73
	<b>Итого за Диетическое питание</b>							
	<b>Итого за день</b>							

Калькулятор                     

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57



**МЕНЮ**  
на 6 ноября 2024 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
<b>Завтрак</b>								
1	Омлет натуральный 150гр	301/2013	150	12,92	20,07	3,45	244,61	49,46
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
3	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,32
4	Чай с молоком, 200	495/2013	200	1,5	1,3	15,9	81	7,02
5	Батон 57	111/2013	57	5,8	1,68	29,81	151,96	8,06
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>24,48</b>	<b>38,46</b>	<b>52,69</b>	<b>647,97</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Омлет натуральный 130гр	301/2013	130	11,24	17,46	212,81	244,61	43,07
2	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
4	Батон 23	111/2013	23	1,73	0,67	11,82	60,26	3,25
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>13,15</b>	<b>25,38</b>	<b>239,76</b>	<b>430,87</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 60г	4/2013	60	0,96	6,06	5,76	81,6	5,22
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25гр	101/2015	250/25	1,97	2,71	12,44	85,75	25,41
3	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	43,90
4	Каша гречневая рассыпчатая 150гр 237/2013	237/2013	150	8,55	7,85	37,08	253,05	13,24
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
6	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	3,92
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
<b>Итого за Обед</b>				<b>43,91</b>	<b>20,88</b>	<b>94,51</b>	<b>1 027,66</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	8,71
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	8,11
3	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	43,90
4	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,86
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
6	Хлеб 45г	109/2013	45	3,63	0,66	18,43	96	4,10
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>46,31</b>	<b>26,34</b>	<b>104,36</b>	<b>1 127,65</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Булочка ванильная 100		100					9,47
<b>Итого за Полдник</b>				<b>1</b>		<b>20,2</b>	<b>84,8</b>	<b>25,71</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,28
2	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	26,90
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,36
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	12,71
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	14,53
6	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	49,13
7	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	59,51
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	23,73
9	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,57
10	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
11	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,62
13	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					39,95
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73
2	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	74,65
3	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					15,21
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством



Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 1



**МЕНЮ**  
на 7 ноября 2024 г.

День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Каша рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	16,36
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	30,78
5	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	17,57
6	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	5,66
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>18,17</b>	<b>24,6</b>	<b>99,63</b>	<b>692,25</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	21,8
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
3	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	17,57
4	Батон 43	111/2013	43	3,23	1,25	22,36	112,39	6,08
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>17,25</b>	<b>18,69</b>	<b>86,46</b>	<b>579,79</b>	<b>60</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	3,81
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	15,34
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,87
4	Макаронны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	10,21
5	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,15
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
7	Хлеб 51г	109/2013		3,36	0,61	17,03	88,74	4,65
<b>Итого за Обед</b>				<b>29,07</b>	<b>25,86</b>	<b>111,12</b>	<b>800,68</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	3,81
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	15,34
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,87
4	Макаронны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	10,21
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
6	Хлеб 28г	109/2013	28	1,85	0,33	9,35	48,72	2,55
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>26,13</b>	<b>25,25</b>	<b>85,67</b>	<b>679,66</b>	<b>85</b>
<b>Полдник</b>								
1	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,47
2	Ватрушка с творогом 75	359,33/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,83
<b>Итого за Полдник</b>				<b>15,15</b>	<b>4,94</b>	<b>65,53</b>	<b>366,86</b>	<b>38,3</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	26,02
2	Салат картофельный 75г 72/2013		75					6,61
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	13,12
4	Суп картофельный с рыбными фрикадельками 250/50 149/2013		250/25					26,47
5	Котлета Московская 90 гр.	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	59,24
6	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,62
7	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	17,12
8	Картофель тушеный, 180г.	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	15,72
9	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
10	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
11	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,43
12	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,18
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,86
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,62
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



МЕНЮ  
на 8 ноября 2024 г.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ №



День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена	
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
<b>Завтрак</b>									
1	Макароны с сыром 200гр		200	9,2	7,2	39	258	38,91	
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,32	
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34	
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8		94	31,21	
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	5,66	
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>14,22</b>	<b>20,03</b>	<b>94,55</b>	<b>616,8</b>	<b>97,44</b>	
<b>2-й Завтрак</b>									
1	Макароны с сыром 180гр		180	8,28	6,48	35,1	232,2	35,02	
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,32	
3	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25	
4	Батон 38	111/2013		2,85	1,17	20,68	105,45	5,37	
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>11,35</b>	<b>18,52</b>	<b>70,97</b>	<b>496,65</b>	<b>60,00</b>	
<b>Обед</b>									
1	Салат "Степной" из разных овощей 60гр	25/2004	60	1,14	4,62	5,76	69,6	9,48	
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	8,56	
3	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	53,66	
4	Картофель, тушенный с луком 150гр 2004-215		150					16,97	
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34	
6	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	4,38	
<b>Итого за Обед</b>				<b>16,82</b>	<b>11,73</b>	<b>46,51</b>	<b>359,92</b>	<b>97,44</b>	
<b>2-й Обед</b>									
1	Огурец соленый 30г 247/2009		30					8,03	
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	8,56	
3	Котлеты рыбные 80гр	345/2013	80	12,23	1,84	8,44	99,44	47,24	
4	Картофель тушенный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	15,72	
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25	
6	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	3,19	
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>20,81</b>	<b>23,86</b>	<b>74,72</b>	<b>596,77</b>	<b>85,00</b>	
<b>Полдник</b>									
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24	
2	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,33	
<b>Итого за Полдник</b>				<b>1,88</b>	<b>2,13</b>	<b>21,96</b>	<b>114,52</b>	<b>30,57</b>	
<b>Буфет</b>									
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	10,36	
2	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	23,09	
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,36	
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	8,11	
5	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	6,17	
6	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,87	
7	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	74,65	
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	12,25	
9	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,86	
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75	
11	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34	
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,62	
13	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,33	
<b>Итого за Буфет</b>									
<b>Диетическое питание</b>									
1	Каша пшеничная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,05	
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 100		100					128,14	
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73	
<b>Итого за Диетическое питание</b>									
<b>Итого за день</b>									

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_



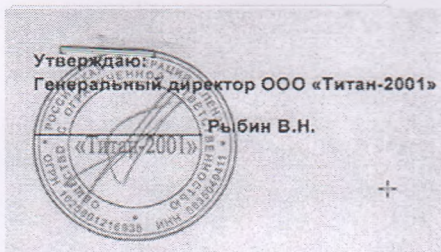
**МЕНЮ**  
на 11 ноября 2024 г.

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Каша молочная пшеничная жидкая 150 гр	267/150	150	5,85	7,09	26,85	212,7	14,74
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	17,57
3	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
4	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	5,66
5	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
6	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	32,40
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>19,87</b>	<b>25,24</b>	<b>102,18</b>	<b>732,9</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Каша молочная пшеничная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	19,64
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	17,57
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
4	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
5	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	7,07
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>20,7</b>	<b>19,87</b>	<b>96,54</b>	<b>670</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из квашеной капусты 60г	48/2013	60	0,96	6,06	1,8	65,4	12,01
2	Суп с макаронными изделиями с птицей 250/25 147,487/2004	147,487/20	250/25	7,08	8,38	13,1	165,6	22,31
3	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	47,61
4	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
5	Хлеб 58г	109/2013	58	3,82	0,69	19,37	100,92	5,29
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,12
<b>Итого за Обед</b>				<b>26,87</b>	<b>29,2</b>	<b>62,38</b>	<b>739,54</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,02
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,48
3	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	47,61
4	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
5	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,20
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>21,64</b>	<b>29,65</b>	<b>56,89</b>	<b>700,56</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,43
2	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,18
<b>Итого за Полдник</b>				<b>7,84</b>	<b>3,7</b>	<b>56,16</b>	<b>289,3</b>	<b>11,61</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из свеклы с яблоками 60 гр	60/2013	60	0,72	3,24	6,78	59,4	6,22
2	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	8,71
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	8,80
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,48
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	20,99
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	23,73
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	27,00
8	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,87
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					68,52
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,97
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,33
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,09
13	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,85
14	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
15	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					32,33
16	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Каша жидкая овсяная Геркулес 200 гр б/с	266/2013	205	7,16	9,4	28,8	228,4	17,87
2	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					15,21
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,62
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством



Согласовано:  
Директор ИБОУ СОШ № 57



**МЕНЮ**  
на 12 ноября 2024 г.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
<b>Завтрак</b>								
1	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр	53/2009	250	6,98	7,65	24,66	195,1	21,32
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
4	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,24
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	30,15
6	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	5,66
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>19,2</b>	<b>24,1</b>	<b>84,19</b>	<b>610,3</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр	53/2009	250	6,98	7,65	24,66	195,1	21,32
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
3	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,24
4	Батон 60	111/2013	60	3,89	1,49	26,53	134,98	8,48
5	Хлеб 25г	109/2013	25	1,65	0,3	8,35	43,5	2,28
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>19,2</b>	<b>16,56</b>	<b>75,44</b>	<b>506,58</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из моркови 60г	9/2009	60	0,68	6,04	6,23	82,08	4,37
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	8,11
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,87
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	19,77
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,18
6	Хлеб 60г	109/2013	60	3,96	0,72	20,04	104,4	5,47
7	Батон 12	111/2013		0,75	0,29	5,14	26,2	1,70
<b>Итого за Обед</b>				<b>26,7</b>	<b>31,44</b>	<b>101,52</b>	<b>803,83</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из моркови 60г	9/2009	60	0,68	6,04	6,23	82,08	4,37
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	8,11
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 80 гр	294/2015	80	13,96	13,42	13,03	229,08	45,32
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	19,77
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
6	Хлеб 33г	109/2013	33	2,18	0,39	11,02	57,42	3,01
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>22,04</b>	<b>29,16</b>	<b>73,94</b>	<b>653,33</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,62
<b>Итого за Полдник</b>				<b>1,53</b>	<b>1,01</b>	<b>24,3</b>	<b>112,42</b>	<b>27,86</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат "Степной" из разных овощей 100гр	25/2004	100	1,9	7,7	9,6	116	15,80
2	Икра морковная 100гр 78/2004		100					10,90
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	8,80
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	12,71
5	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	26,22
6	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	59,24
7	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	39,79
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	12,25
9	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,33
10	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,42
11	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,09
13	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,05
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					64,07
3	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	9,87
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор Ш

Заведующая производством \_\_\_\_\_



Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57

**МЕНЮ**  
на 13 ноября 2024 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком 100/15	313/2013	100/15	16,96	17,93	23,33	327,07	63,49
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 150гр	266/2013	150	5,37	7,05	21,6	171,3	14,68
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
4	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	10,05
5	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,95
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>29,39</b>	<b>30,41</b>	<b>78,01</b>	<b>705,14</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Каша молочная " Геркулес " жидкая 200гр	266/2013	200	7,16	9,4	28,8	228,4	19,57
2	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	19,46
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
5	Батон 36	111/2013	36	3,48	1	17,88	91,17	5,09
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>15,46</b>	<b>23,55</b>	<b>62,01</b>	<b>518,57</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	3,81
2	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	10,30
3	Рыба , тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	59,51
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	14,63
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
6	Хлеб 53	109/2013	53	3,49	0,63	17,76	92,22	4,83
<b>Итого за Обед</b>				<b>23,82</b>	<b>20</b>	<b>94,98</b>	<b>668,22</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	3,81
2	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	10,30
3	Рыба , тушенная в томате с овощами, 120 г	343/2013	113	11,3	6,12	5,35	121,55	50,58
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	14,63
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
6	Хлеб 38г	109/2013	38	2,5	0,45	12,69	66,12	3,47
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>20,83</b>	<b>18,74</b>	<b>88,76</b>	<b>619,67</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,47
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,42
<b>Итого за Полдник</b>				<b>8,7</b>	<b>6,86</b>	<b>57,02</b>	<b>324,63</b>	<b>30,89</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	8,71
2	Салат из свеклы и моркови 100г 24/2009		100					7,15
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	13,12
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	6,17
5	Плов из говядины 180гр	244/2015	180	18,36	17,2	29,25	356,4	86,51
6	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
7	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
8	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,04
9	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,18
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73
2	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	74,65
3	Каша гречневая рассыпчатая 180г 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,86
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

**МЕНЮ**  
на 14 ноября 2024 г.

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №



День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
<b>Завтрак</b>								
1	Каша гречневая вязкая на молоке 150	104/2009	150	6,59	6,81	29,16	204,32	18,67
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,24
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
4	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	5,66
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,37
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	32,34
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>19,14</b>	<b>23,32</b>	<b>90,36</b>	<b>628,22</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Каша гречневая вязкая на молоке 200 г	104/2009	205	7,94	8,21	35,13	246,17	22,49
2	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
4	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
5	Батон 43	111/2013	43	3,23	1,25	22,36	112,39	6,08
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
	<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>15,49</b>	<b>21,25</b>	<b>76,16</b>	<b>556,96</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Винегрет овощной 60гр	1/2009	60	0,76	6,08	4,99	77,56	8,28
2	Суп картофельный с бобовыми и куриной грудкой 250г 144/2013	144/2013	250/25	6,22	6,47	15,23	144	27,05
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	39,79
4	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
5	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
6	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	4,56
	<b>Итого за Обед</b>			<b>27,84</b>	<b>33,6</b>	<b>80,98</b>	<b>737,26</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	13,81
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	14,53
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	39,79
4	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	9,87
5	Хлеб 53	109/2013	53	3,49	0,63	17,76	92,22	4,83
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,12
	<b>Итого за 2-й Обед</b>			<b>24,67</b>	<b>35,62</b>	<b>88,64</b>	<b>733,35</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,15
2	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,83
	<b>Итого за Полдник</b>			<b>13,03</b>	<b>2,98</b>	<b>72,26</b>	<b>368,66</b>	<b>31,98</b>
<b>Буфет</b>								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,73
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	10,36
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	13,12
4	Суп картофельный с рыбой (минтай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	32,57
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	20,99
6	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	40,84
7	Котлета из говядины 90	381/2013	90	16,02	15,75	12,87	257,4	73,10
8	Картофель тушеный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	15,72
9	Пюре из гороха с маслом 180гр 129,130-2009		180					11,40
10	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
11	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,18
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,62
13	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					37,15
	<b>Итого за Буфет</b>							
<b>Диетическое питание</b>								
1	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					15,21
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,62
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73
	<b>Итого за Диетическое питание</b>							
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор                     

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57

**МЕНЮ**  
на 15 ноября 2024 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Каша рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	16,36
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	17,57
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,54
4	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	31,49
6	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,95
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>17,65</b>	<b>24,44</b>	<b>96,95</b>	<b>678,62</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	21,80
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	17,57
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,62
4	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
5	Батон 36	111/2013	36	3,48	1	17,88	91,17	5,09
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>18,16</b>	<b>18,56</b>	<b>85,32</b>	<b>575,97</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 60г	4/2013	60	0,96	6,06	5,76	81,6	5,22
2	Суп картофельный с бобовыми и куриной грудкой 250г 144/2013	144/2013	250/25	6,22	6,47	15,23	144	27,05
3	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	40,84
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	10,21
5	Комлот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,15
6	Хлеб 32г	109/2013	32	2,11	0,38	10,68	55,68	2,92
<b>Итого за Обед</b>				<b>28,71</b>	<b>27,64</b>	<b>94,78</b>	<b>745,03</b>	<b>97,44</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	8,71
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	14,53
3	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	40,84
4	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	12,25
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
6	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	4,38
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>25</b>	<b>29,39</b>	<b>87,47</b>	<b>715,57</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,43
<b>Итого за Полдник</b>				<b>8,34</b>	<b>3,7</b>	<b>49,36</b>	<b>264,1</b>	<b>20,67</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	10,36
2	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,28
3	Салат "Степной" из разных овощей 100гр	25/2004	100	1,9	7,7	9,6	116	15,80
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	8,11
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	14,53
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					68,52
7	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	42,84
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	23,73
9	Капуста тушенная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	27,00
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	9,87
12	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	4,72
13	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,18
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					64,07
2	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,05
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством