

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



МЕНЮ
на 15 октября 2024 г.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком №366 /2004 120/10	366/2004	120/10	29,52	31,09	34,23	542,8	74,45
2	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
3	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,32
4	Батон 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	3,53
Итого за Завтрак				31,62	42,69	62,27	767,3	97,44
2-й Завтрак								
1	Каша манная молочная жидкая 200гр	262/2013	200	6,2	7,46	30,86	215,4	18,50
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,32
3	Яйцо вареное	300/2013	1шт	5,1	4,6	0,3	63	13,05
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
5	Батон 41	111/2013	41	3,08	1,2	15,8	107,42	5,80
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
Итого за 2-й Завтрак				15,26	24,25	65,69	563,22	60,00
Обед								
1	Салат из свежих помидоров 60г	22/2013	60	0,6	6,12	2,1	66	12,49
2	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	24,65
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	38,11
4	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
5	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	4,56
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
Итого за Обед				27,21	33,27	79,26	725,2	97,44
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,82
2	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	8,55
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	38,11
4	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,15
5	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	5,02
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
Итого за 2-й Обед				24,31	34,15	90,23	778,4	85,00
Полдник								
1	Ряженка 200 г	516/2013	200	5,8	5	8	100	29,65
2	Булочка "Веснушка" 100гр		100	7,34	3,7	29,2	179,3	9,31
Итого за Полдник				13,14	8,7	37,2	279,3	38,96
Буфет								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	19,28
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	10,27
3	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	7,60
4	Суп картофельный с крупой 138/2004 350 г		350					13,73
5	Суп-лапша домашняя с куриной грудкой	56/2009	250/20	2,45	4,89	13,91	109,38	24,08
6	Котлета из говядины 100		100					81,82
7	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	40,84
8	Капуста тушенная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,76
9	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	12,25
10	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,15
11	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
12	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,04
13	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,43
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша пшеничная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,05
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 100		100					128,07
3	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,48
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

МЕНЮ
на 16 октября 2024 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Омлет натуральный 150гр	301/2013	150	12,92	20,07	3,45	244,61	47,50
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 60		60					8,48
6	Хлеб 28г	109/2013	28	1,85	0,33	9,35	48,72	2,55
Итого за Завтрак				19,87	36,99	28,89	527,33	97,44
2-й Завтрак								
1	Омлет натуральный 130гр	301/2013	130	11,24	17,46	212,81	244,61	41,36
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 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,95
Итого за 2-й Завтрак				14,9	25,71	245,82	461,78	60,00
Обед								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 60г	4/2013	60	0,96	6,06	5,76	81,6	4,56
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25гр		250/25					24,22
3	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	43,77
4	Каша гречневая рассыпчатая 150гр 237/2013	237/2013	150	8,55	7,85	37,08	253,05	13,24
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,18
6	Хлеб 33г	109/2013	33	2,18	0,39	11,02	57,42	3,01
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
Итого за Обед				41,69	18,05	90,53	973,51	97,44
2-й Обед								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	7,60
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,88
3	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	43,77
4	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,86
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,18
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,65
Итого за 2-й Обед				45,72	26,16	111,09	1 150,25	85,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Булочка ванильная 100		100					9,34
Итого за Полдник				1		20,2	84,8	25,58
Буфет								
1	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,09
2	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	21,87
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,26
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	11,49
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	13,51
6	Котлеты припущенные из птицы 90г (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	57,81
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	21,66
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	11,04
13	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					39,86
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
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	74,12
3	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					12,65
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

МЕНЮ
на 18 октября 2024 г.



День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
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	19,6	94	30,78
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	5,66
Итого за Завтрак				14,22	20,03	94,55	616,8	97,44
2-й Завтрак								
1	Макароны с сыром 180гр		180					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							5,37
Итого за 2-й Завтрак				0,22	10,87	15,19	159	60,00
Обед								
1	Салат из свежих помидоров 60г	22/2013	60	0,6	6,12	2,1	66	12,49
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013		250					7,80
3	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	52,44
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	18,05
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
6	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	4,38
Итого за Обед				17,6	14,83	48,35	398,32	97,44
2-й Обед								
1	Помидоры свежие 30г -2009-246							5,53
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013		250					7,80
3	Котлеты рыбные 80гр	345/2013	80	12,23	1,84	8,44	99,44	46,16
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	18,05
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
6	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	3,19
Итого за 2-й Обед				17,79	8,86	51,68	359,34	85,00
Полдник								
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	13,85
Итого за Полдник				1,88	2,13	21,96	114,52	30,09
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	10,27
2	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	19,28
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,26
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,88
5	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	5,27
6	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,81
7	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	74,12
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	11,04
13	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	13,85
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,05
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 100		100					128,07
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



МЕНЮ на 21 октября 2024 г.

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
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
	Итого за Завтрак			19,87	25,24	102,18	732,9	97,44
2-й Завтрак								
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
	Итого за 2-й Завтрак			20,7	19,87	96,54	670	60,00
Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 75 г 18-2009	18/2009	75	0,72	4,55	2,73	53,02	14,39
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	22,11
3	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	47,15
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
	Итого за Обед			25,46	27,4	56,73	693,18	97,44
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	19,28
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,21
3	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	47,15
4	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
5	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	5,02
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,12
	Итого за 2-й Обед			21,98	25,89	63,12	691,02	85,00
Полдник								
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
	Итого за Полдник			7,84	3,7	56,16	289,3	11,61
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 60 гр	60/2013	60	0,72	3,24	6,78	59,4	6,16
2	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	7,60
3	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,82
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,21
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	19,93
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	21,66
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,76
8	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,81
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					68,34
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,83
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	13,85
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	31,95
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					32,26
16	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
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 180г 2009-239		180					12,65
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,49
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор _____

Заведующая производством _____

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

МЕНЮ
на 22 октября 2024 г.



День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
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
Итого за Завтрак				19,2	24,1	84,19	610,3	97,44
2-й Завтрак								
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
Итого за 2-й Завтрак				19,2	16,56	75,44	506,58	60,00
Обед								
1	Салат из моркови 60г	9/2009	60	0,68	6,04	6,23	82,08	4,25
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,88
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	50,81
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	18,05
5	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,15
6	Хлеб 53	109/2013	53	3,49	0,63	17,76	92,22	4,83
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
Итого за Обед				26,51	31,39	99,87	796,45	97,44
2-й Обед								
1	Салат из моркови 60г	9/2009	60	0,68	6,04	6,23	82,08	4,25
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,88
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 80 гр	294/2015	80	13,96	13,42	13,03	229,08	45,27
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	21,66
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
6	Хлеб 28г	109/2013	28	1,85	0,33	9,35	48,72	2,55
Итого за 2-й Обед				22,34	30,42	75,54	672,23	85,00
Полдник								
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	11,04
Итого за Полдник				1,53	1,01	24,3	112,42	27,28
Буфет								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	21,87
2	Икра морковная 100гр 78/2004		100					10,45
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	7,24
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	11,49
5	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	24,65
6	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	59,14
7	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	38,11
8	Макаронные изделия 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	13,85
10	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,28
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	31,95
13	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,05
2	Мясо отварное говяжья с луком и морковью 50		50					64,04
3	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,48
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



МЕНЮ
на 24 октября 2024 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
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
Итого за Завтрак				19,14	23,32	90,36	628,22	97,44
2-й Завтрак								
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
Итого за 2-й Завтрак				15,49	21,25	76,16	556,96	60,00
Обед								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	3,76
2	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	8,55
3	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	59,14
4	Рагу из овощей 150гр	195/2013	150	3	8,02	12,75	135	12,88
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,18
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
7	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	4,56
Итого за Обед				21,96	41,79	92,19	845,7	97,44
2-й Обед								
1	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,26
2	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	8,55
3	Котлета Московская 80 гр	270/2015	80/5	9,99	23,96	7,77	286,41	53,18
4	Рагу из овощей 150гр	195/2013	150	3	8,02	12,75	135	12,88
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
6	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	1,82
Итого за 2-й Обед				18,25	40,52	67,47	719,21	85,00
Полдник								
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	20,74
Итого за Полдник				13,03	2,98	72,26	368,66	31,89
Буфет								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,27
2	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,82
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	12,36
4	Суп картофельный с рыбой (мантай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	30,59
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	19,93
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 тушенный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	13,15
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	11,04
13	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					37,07
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					12,65
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,49
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,73
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

«Титан-2001»

МЕНЮ
на 25 октября 2024 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
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
Итого за Завтрак				17,65	24,44	96,95	678,62	97,44
2-й Завтрак								
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
Итого за 2-й Завтрак				18,16	18,56	85,32	575,97	60,00
Обед								
1	Салат из свежих помидоров 60г	22/2013	60	0,6	6,12	2,1	66	12,49
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	6,97
3	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	52,44
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	18,05
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
6	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	3,19
Итого за Обед				20,42	20	61,75	510,6	97,44
2-й Обед								
1	Помидоры свежие 30г -2009-246	246/2009	30	0,44	4,59	1,51	49,3	5,53
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	6,97
3	Котлеты рыбные 80гр	345/2013	80	12,23	1,84	8,44	99,44	46,16
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	21,66
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
6	Хлеб 25г	109/2013	25	1,65	0,3	8,35	43,5	2,28
Итого за 2-й Обед				19,95	19,62	60,69	500,84	85,00
Полдник								
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
Итого за Полдник				8,34	3,7	49,36	264,1	20,67
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	10,27
2	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,09
3	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,82
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,88
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	13,51
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					68,34
7	Рыба, тушеная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	42,45
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	21,66
9	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,76
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	8,48
12	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	4,64
13	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,04
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					64,04
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
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством