

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



МЕНЮ
на 17 декабря 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 | 76,73 |
| 2 | Чай с лимоном 200г | 494/2013 | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | 4,34 |
| 3 | Масло сливочное порциями, 10 г | 14/2015 | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 | 11,89 |
| 4 | Батон 32 | 111/2013 | | 2,41 | 0,94 | 16,44 | 83,6 | 4,52 |
| Итого за Завтрак | | | | 32,11 | 39,28 | 66 | 753,4 | 97,44 |
| 2-й Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша манная молочная жидкая 200гр | 262/2013 | 200 | 6,2 | 7,46 | 30,86 | 215,4 | 18,99 |
| 2 | Масло сливочное порциями, 15 г | | 15 | 0,12 | 10,87 | 0,19 | 99 | 17,84 |
| 3 | Яйцо вареное | 300/2013 | 1шт | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 15,95 |
| 4 | Чай с сахаром 200г | 493/2013 | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | 2,25 |
| 5 | Батон 35 | 111/2013 | 35 | 3,48 | 1 | 17,88 | 91,17 | 4,95 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | | 15 | 23,93 | 64,23 | 528,57 | 60,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты 60г | 48/2013 | 60 | 0,96 | 6,06 | 1,8 | 65,4 | 12,01 |
| 2 | Суп картофельный с куриной грудкой 250 г | 97/2015 | 250/25 | 2,34 | 2,8 | 16,87 | 114 | 24,22 |
| 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 | Хлеб 41г | 109/2013 | | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 | 3,74 |
| 6 | Батон 10 | 111/2013 | 10 | 0,75 | 0,29 | 5,14 | 26,2 | 1,41 |
| Итого за Обед | | | | 22,18 | 29,55 | 69,41 | 642,9 | 97,44 |
| 2-й Обед | | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты 100г | 48/2013 | 100 | 1,6 | 10,1 | 3 | 109 | 20,02 |
| 2 | Суп картофельный 250 г | 97/2015 | 250 | 2,34 | 2,8 | 16,87 | 114 | 10,30 |
| 3 | Рагу из птицы 214/2009 180 гр | 214/2009 | 180 | 15,81 | 20,16 | 18,72 | 317,7 | 39,79 |
| 4 | Компот из смеси сухофруктов | 508/2013 | 200 | 0,5 | | 27 | 110 | 7,18 |
| 5 | Хлеб 53 | 109/2013 | 53 | 3,49 | 0,63 | 17,76 | 92,22 | 4,83 |
| 6 | Батон 20 | 111/2013 | 20 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | 52,4 | 2,83 |
| Итого за 2-й Обед | | | | 25,24 | 34,27 | 93,63 | 795,32 | 85,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 1 | Ряженка 200 г | 516/2013 | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 100 | 30,55 |
| 2 | Булочка "Веснушка" 100гр | | 100 | 7,34 | 3,7 | 29,2 | 179,3 | 9,59 |
| Итого за Полдник | | | | 13,14 | 8,7 | 37,2 | 279,3 | 40,14 |
| Буфет | | | | | | | | |
| 1 | Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г | 32/2009 | 100 | 1,6 | 5,26 | 12,68 | 102,89 | 12,12 |
| 2 | Салат из свеклы с яблоками 100г | 60/2013 | 100 | 1,2 | 5,4 | 11,3 | 99 | 10,61 |
| 3 | Салат из белокочанной капусты с морковью 100г | 4/2013 | 100 | 1,6 | 10,1 | 9,6 | 136 | 8,71 |
| 4 | Суп картофельный с крупой 138/2004 350 г | | 350 | | | | | 15,54 |
| 5 | Суп-лапша домашняя с куриной грудкой | 56/2009 | 250/20 | 2,45 | 4,89 | 13,91 | 109,38 | 24,86 |
| 6 | Котлета из говядины 100 | | 100 | | | | | 82,13 |
| 7 | Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50 | 290/2015 | 50/50 | 12,98 | 14,01 | 6,44 | 204,05 | 41,08 |
| 8 | Капуста тушенная 180 гр | 423/2013 | 180 | 6,66 | 6,48 | 7,02 | 113,4 | 27,64 |
| 9 | Макаронные отварные 180г | 291/2013 | 180 | 6,78 | 0,81 | 34,85 | 173,9 | 12,53 |
| 10 | Компот из кураги, 200 г | 348/2015 | 200 | 0,78 | 0,04 | 27,63 | 114,8 | 11,96 |
| 11 | Сок 0,2 | 389/2015 | 1шт | 1 | | 20,2 | 84,8 | 21,75 |
| 12 | Пирожок с яблоками 75гр | | 75 | | | | | 14,59 |
| 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 | | | | | 12,31 |
| 2 | Мясо отварное говядина с луком и морковью 100 | | 100 | | | | | 128,14 |
| 3 | Напиток из плодов шиповника | 289/2009 | 200 | 0,68 | | 21,01 | 46,87 | 9,87 |
| Итого за Диетическое питание | | | | | | | | |
| Итого за день | | | | | | | | |

Калькулятор

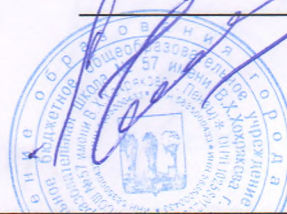
Заведующая производством

Утверждаю:
 Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 5



МЕНЮ
 на 18 декабря 2024 г.

День: среда

| № 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 | 76,73 |
| 2 | Чай с лимоном 200г | 494/2013 | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | 4,34 |
| 3 | Масло сливочное порциями, 10 г | 14/2015 | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 | 11,89 |
| 4 | Батон 32 | 111/2013 | | 2,41 | 0,94 | 16,44 | 83,6 | 4,52 |
| Итого за Завтрак | | | | 32,11 | 39,28 | 66 | 753,4 | 97,44 |
| 2-й Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша манная молочная жидкая 200гр | 262/2013 | 200 | 6,2 | 7,46 | 30,86 | 215,4 | 18,99 |
| 2 | Масло сливочное порциями, 15 г | | 15 | 0,12 | 10,87 | 0,19 | 99 | 17,84 |
| 3 | Яйцо вареное | 300/2013 | 1шт | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 15,95 |
| 4 | Чай с сахаром 200г | 493/2013 | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | 2,25 |
| 5 | Батон 35 | 111/2013 | 35 | 3,48 | 1 | 17,88 | 91,17 | 4,95 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | | 15 | 23,93 | 64,23 | 528,57 | 60,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты 60г | 48/2013 | 60 | 0,96 | 6,06 | 1,8 | 65,4 | 12,01 |
| 2 | Суп картофельный с куриной грудкой 250 г | 97/2015 | 250/25 | 2,34 | 2,8 | 16,87 | 114 | 24,22 |
| 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 | Хлеб 41г | 109/2013 | | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 | 3,74 |
| 6 | Батон 10 | 111/2013 | 10 | 0,75 | 0,29 | 5,14 | 26,2 | 1,41 |
| Итого за Обед | | | | 22,18 | 29,55 | 69,41 | 642,9 | 97,44 |
| 2-й Обед | | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты 100г | 48/2013 | 100 | 1,6 | 10,1 | 3 | 109 | 20,02 |
| 2 | Суп картофельный 250 г | 97/2015 | 250 | 2,34 | 2,8 | 16,87 | 114 | 10,30 |
| 3 | Рагу из птицы 214/2009 180 гр | 214/2009 | 180 | 15,81 | 20,16 | 18,72 | 317,7 | 39,79 |
| 4 | Компот из смеси сухофруктов | 508/2013 | 200 | 0,5 | | 27 | 110 | 7,18 |
| 5 | Хлеб 53 | 109/2013 | 53 | 3,49 | 0,63 | 17,76 | 92,22 | 4,83 |
| 6 | Батон 20 | 111/2013 | 20 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | 52,4 | 2,83 |
| Итого за 2-й Обед | | | | 25,24 | 34,27 | 93,63 | 795,32 | 85,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 1 | Ряженка 200 г | 516/2013 | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 100 | 30,55 |
| 2 | Булочка "Веснушка" 100гр | | 100 | 7,34 | 3,7 | 29,2 | 179,3 | 9,59 |
| Итого за Полдник | | | | 13,14 | 8,7 | 37,2 | 279,3 | 40,14 |
| Буфет | | | | | | | | |
| 1 | Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г | 32/2009 | 100 | 1,6 | 5,26 | 12,68 | 102,89 | 12,12 |
| 2 | Салат из свеклы с яблоками 100г | 60/2013 | 100 | 1,2 | 5,4 | 11,3 | 99 | 10,61 |
| 3 | Салат из белокочанной капусты с морковью 100г | 4/2013 | 100 | 1,6 | 10,1 | 9,6 | 136 | 8,71 |
| 4 | Суп картофельный с крупой 138/2004 350 г | | 350 | | | | | 15,54 |
| 5 | Суп-лапша домашняя с куриной грудкой | 56/2009 | 250/20 | 2,45 | 4,89 | 13,91 | 109,38 | 24,86 |
| 6 | Котлета из говядины 100 | | 100 | | | | | 82,13 |
| 7 | Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50 | 290/2015 | 50/50 | 12,98 | 14,01 | 6,44 | 204,05 | 41,08 |
| 8 | Капуста тушенная 180 гр | 423/2013 | 180 | 6,66 | 6,48 | 7,02 | 113,4 | 27,64 |
| 9 | Макароны отварные 180г | 291/2013 | 180 | 6,78 | 0,81 | 34,85 | 173,9 | 12,53 |
| 10 | Компот из кураги, 200 г | 348/2015 | 200 | 0,78 | 0,04 | 27,63 | 114,8 | 11,96 |
| 11 | Сок 0,2 | 389/2015 | 1шт | 1 | | 20,2 | 84,8 | 21,75 |
| 12 | Пирожок с яблоками 75гр | | 75 | | | | | 14,59 |
| 13 | Булочка дорожная 50 | 425/2015 | 50 | 7,34 | 3,7 | 29,16 | 179,3 | 4,43 |
| Итого за Буфет | | | | | | | | |
| Диетическое питание | | | | | | | | |
| 1 | Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир | | 150 | | | | | 12,31 |
| 2 | Мясо отварное говядина с луком и морковью 100 | | 100 | | | | | 128,14 |
| 3 | Напиток из плодов шиповника | 289/2009 | 200 | 0,68 | | 21,01 | 46,87 | 9,87 |
| 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 19 декабря 2024 г.

День: четверг

| № 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 | 16,75 |
| 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 | 11,89 |
| 4 | Яблоко | 112/2013 | 1шт | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | 29,67 |
| 5 | Какао с молоком 200гр | 497/2013 | 200 | 5 | 4,4 | 31,7 | 184 | 17,95 |
| 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 | | | | 18,17 | 24,6 | 99,63 | 692,25 | 97,44 |
| 2-й Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша рисовая молочная жидкая 200гр | 268/2013 | 200 | 5,54 | 8,62 | 32,4 | 229,4 | 22,32 |
| 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 | 17,95 |
| 4 | Батон 36 | 111/2013 | 36 | 3,48 | 1 | 17,88 | 91,7 | 5,09 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | | 17,5 | 18,44 | 81,98 | 558,57 | 60,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы отварной 60г | 50/2013 | 60 | 0,9 | 3,3 | 5,04 | 53,4 | 4,03 |
| 2 | Суп из овощей (с горошком) | 44/2009 | 250 | 1,93 | 5,86 | 12,59 | 115,24 | 15,52 |
| 3 | Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр | 294/2015 | 90 | 15,69 | 15,08 | 14,65 | 257,4 | 51,11 |
| 4 | Макароны отварные 150г 291/13 | 291/2013 | 150 | 5,66 | 0,68 | 29,04 | 144,9 | 10,44 |
| 5 | Компот из кураги , 200 г | 348/2015 | 200 | 0,78 | 0,04 | 27,63 | 114,8 | 11,96 |
| 6 | Хлеб 48г | 109/2013 | 48 | 1,24 | 0,22 | 6,26 | 32,62 | 4,38 |
| Итого за Обед | | | | 26,2 | 25,18 | 95,21 | 718,36 | 97,44 |
| 2-й Обед | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы отварной 60г | 50/2013 | 60 | 0,9 | 3,3 | 5,04 | 53,4 | 4,03 |
| 2 | Суп из овощей (с горошком) | 44/2009 | 250 | 1,93 | 5,86 | 12,59 | 115,24 | 15,52 |
| 3 | Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр | 294/2015 | 90 | 15,69 | 15,08 | 14,65 | 257,4 | 51,11 |
| 4 | Макароны отварные 150г 291/13 | 291/2013 | 150 | 5,66 | 0,68 | 29,04 | 144,9 | 10,44 |
| 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 | | | | 25,6 | 25,16 | 83 | 665,74 | 85,00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 1 | Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр | 500/2013 | 200 | 2,9 | 2 | 20,9 | 113 | 17,47 |
| 2 | Ватрушка с творогом 75 | 359,330/20 | 60 | 12,25 | 2,94 | 44,63 | 253,86 | 21,52 |
| Итого за Полдник | | | | 15,15 | 4,94 | 65,53 | 366,86 | 38,99 |
| Буфет | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свежих огурцов 100гр | 17/2013 | 100 | 0,7 | 10,1 | 2 | 102 | 26,02 |
| 2 | Салат картофельный 75гр 72/2013 | | 75 | | | | | 6,61 |
| 3 | Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г | 128/2013 | 250/10 | 1,85 | 5 | 10,65 | 95 | 13,40 |
| 4 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками 250/50 149/2013 | | 250/25 | | | | | 26,77 |
| 5 | Котлета Московская 90 гр, | 270/2015 | 90 | 11,17 | 26,78 | 8,69 | 320,1 | 59,41 |
| 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 | 17,27 |
| 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 | | | | | 14,59 |
| Итого за Буфет | | | | | | | | |
| Диетическое питание | | | | | | | | |
| 1 | Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013 | 237/2013 | 180 | 10,26 | 9,41 | 44,49 | 303,66 | 16,14 |
| 2 | Птица отварная (грудка) 75г 487-2004 | | 75 | | | | | 41,62 |
| 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.



МЕНЮ
на 20 декабря 2024 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



День: пятница

| № п/п | Наименование блюда | № рец. | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|-------------------------------------|---|----------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| | | | | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Макароны с сыром 200гр | | 200 | 9,2 | 7,2 | 39 | 258 | 39,38 |
| 2 | Масло сливочное порциями, 15 г | | 15 | 0,12 | 10,87 | 0,19 | 99 | 17,84 |
| 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 | 30,22 |
| 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 | 8,28 | 6,48 | 35,1 | 232,2 | 35,44 |
| 2 | Масло сливочное порциями, 15 г | | 15 | 0,12 | 10,87 | 0,19 | 99 | 17,84 |
| 3 | Чай с сахаром 200г | 493/2013 | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | 2,25 |
| 4 | Батон 32 | 111/2013 | | 2,41 | 0,94 | 16,44 | 83,6 | 4,52 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | | 10,91 | 18,29 | 66,73 | 474,8 | 60,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Огурец соленый 35г 247/2009 | | 35 | | | | | 9,37 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013 | 128/2013 | 250 | 1,83 | 5 | 10,65 | 95 | 8,71 |
| 3 | Котлеты рыбные 90гр | 345/2013 | 90 | 12,51 | 1,89 | 8,64 | 101,7 | 54,04 |
| 4 | Картофель, тушеный 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 43г | 109/2013 | 43 | 2,83 | 0,51 | 14,36 | 74,82 | 3,92 |
| Итого за Обед | | | | 17,27 | 7,4 | 48,85 | 332,52 | 97,44 |
| 2-й Обед | | | | | | | | |
| 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 | 8,71 |
| 3 | Котлеты рыбные 80гр | 345/2013 | 80 | 12,23 | 1,84 | 8,44 | 99,44 | 47,55 |
| 4 | Картофель тушеный, 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 30г | 109/2013 | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 | 2,74 |
| Итого за 2-й Обед | | | | 20,48 | 23,8 | 73,05 | 588,07 | 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 | 14,87 |
| Итого за Полдник | | | | 1,88 | 2,13 | 21,96 | 114,52 | 31,11 |
| Буфет | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы с яблоками 100г | 60/2013 | 100 | 1,2 | 5,4 | 11,3 | 99 | 10,61 |
| 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 | 6,71 |
| 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 | 51,11 |
| 7 | Тефтели из говядины с рисом (ежики) | 202/2009 | 100/40 | 9,16 | 13,53 | 9,44 | 196,14 | 75,18 |
| 8 | Макароны отварные 180г | 291/2013 | 180 | 6,78 | 0,81 | 34,85 | 173,9 | 12,53 |
| 9 | Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013 | 237/2013 | 180 | 10,26 | 9,41 | 44,49 | 303,66 | 16,14 |
| 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 | 12,04 |
| 13 | Пирожок печеный с капустой 75 г | 343/2009 | 75 | 0,88 | 2,13 | 1,76 | 29,72 | 14,87 |
| Итого за Буфет | | | | | | | | |
| Диетическое питание | | | | | | | | |
| 1 | Каша пшеничная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир | | 150 | | | | | 12,31 |
| 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 |
| Итого за Диетическое питание | | | | | | | | |
| Итого за день | | | | | | | | |

Калькулятор _____

Заведующая производством _____

Утверждено:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



МЕНЮ
на 24 декабря 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 | Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр | 53/2009 | 250 | 6,98 | 7,65 | 24,66 | 195,1 | 21,92 |
| 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 | 11,89 |
| 4 | Кофейный напиток с молоком 2,5% | 501/2013 | 200 | 3,2 | 2,7 | 15,9 | 79 | 13,54 |
| 5 | Яблоко | 112/2013 | 1шт | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | 28,90 |
| 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 | 21,92 |
| 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 | 13,54 |
| 4 | Батон 55 | 111/2013 | 55 | 54,9 | 4,13 | 1,61 | 143,84 | 7,78 |
| 5 | Хлеб 23г | 109/2013 | 23 | 1,51 | 0,27 | 7,68 | 40,02 | 2,10 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | | 70,07 | 19,17 | 49,85 | 511,96 | 60,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 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 | 51,11 |
| 4 | Пюре картофельное 150 гр. | 429/2013 | 150 | 3,15 | 6,6 | 16,35 | 138 | 20,07 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов | 508/2013 | 200 | 0,5 | | 27 | 110 | 7,18 |
| 6 | Хлеб 58г | 109/2013 | 58 | 3,82 | 0,69 | 19,37 | 100,92 | 5,29 |
| 7 | Батон 10 | 111/2013 | 10 | 0,75 | 0,29 | 5,14 | 26,2 | 1,41 |
| Итого за Обед | | | | 26,56 | 31,41 | 100,85 | 800,35 | 97,44 |
| 2-й Обед | | | | | | | | |
| 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 | 45,54 |
| 4 | Пюре картофельное 150 гр. | 429/2013 | 150 | 3,15 | 6,6 | 16,35 | 138 | 20,07 |
| 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 |
| 7 | Батон 10 | 111/2013 | 10 | 0,75 | 0,29 | 5,14 | 26,2 | 1,41 |
| Итого за 2-й Обед | | | | 22,92 | 29,48 | 79,55 | 682,01 | 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 | 12,04 |
| Итого за Полдник | | | | 1,53 | 1,01 | 24,3 | 112,42 | 28,28 |
| Буфет | | | | | | | | |
| 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 | 12,84 |
| 5 | Суп картофельный с фрикадельками 250/25 | 149/2013 | 250/25 | 5,75 | 6,1 | 16,4 | 143,5 | 26,25 |
| 6 | Котлета Московская 90 гр, | 270/2015 | 90 | 11,17 | 26,78 | 8,69 | 320,1 | 59,41 |
| 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 | 12,53 |
| 9 | Пирожок печеный с капустой 75 г | 343/2009 | 75 | 0,88 | 2,13 | 1,76 | 29,72 | 14,87 |
| 10 | Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г | 738/2009 | 75 | 5,8 | 4,86 | 36,12 | 211,63 | 13,83 |
| 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 | 32,31 |
| 13 | Сок разливной | 389/2015 | 200 | 1 | | 20,2 | 84,8 | 16,24 |
| Итого за Буфет | | | | | | | | |
| Диетическое питание | | | | | | | | |
| 1 | Каша пшеница рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир | | 150 | | | | | 12,31 |
| 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 |
| Итого за Диетическое питание | | | | | | | | |
| Итого за день | | | | | | | | |

Калькулятор

Заведующая производством

