

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

57

МЕНЮ на 31 марта 2025 г.

День: понедельник

№ 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	Каша "Дружба" 150	260/2013	150	3,94	8,74	18,79	169,65	18,89
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,84
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
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	13,62
6	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2,10
7	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	8,13
	Итого за Завтрак			16,82	28,44	87,46	652,25	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	25,17
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,62
3	Масло сливочное порциями, 20 г	14/2015	20	0,16	14,5	0,26	132	23,78
4	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16
5	Батон 38	111/2013		2,85	1,17	20,68	105,45	6,18
	Итого за 2-й Завтрак			16,11	35,93	61,9	614,65	92,00
Обед								
1	Икра свекольная 60гр	119/2013	60	1,44	4,26	6,24	69	6,36
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	14,83
3	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	11,55
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,68
5	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	54,25
6	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
7	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	5,25
8	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за Обед			29,12	27,37	97,31	753,74	99,76
2-й Обед								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,60
2	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей и сметаной 250/25		250					34,96
3	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,86
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	56,62
5	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,68
6	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	13,39
7	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,83
	Итого за 2-й Обед			30,86	26,75	107,29	795,98	138,00
Полдник								
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	11,92
	Итого за Полдник			6,8	4,86	56,32	296,42	28,16
Буфет								
1	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	10,90
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,24
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,45
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	7,77
5	Суп картофельный с клецками 250/30 46/2009		250/30					13,20
6	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	50,03
7	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	62,99
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,33
9	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
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	20,74
12	Пирожок с картофелем 738,757/2004		75					8,54
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,30
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					44,46
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством