

Уте-радио:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57

**МЕНЮ**  
на 28 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
<b>Завтрак</b>								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,82
2	Омлет натуральный 200 гр	301/2013	200	17,23	26,77	4,61	326,15	64,52
3	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	5,66
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
5	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>22,99</b>	<b>38,25</b>	<b>47,21</b>	<b>619,35</b>	<b>96,25</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из свежих огурцов 75гр 17-2013	17/2013	75	0,52	7,57	1,5	76,5	16,41
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	11,49
3	Котлеты припущенные из птицы 100гр (грудка)	209/2013		15,74	17,79	10,71	265,84	53,94
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	21,66
5	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,65
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
7	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
<b>Итого за Обед</b>				<b>25,34</b>	<b>39,02</b>	<b>73,09</b>	<b>747,38</b>	<b>116,74</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,28
<b>Итого за Полдник</b>				<b>6,8</b>	<b>4,86</b>	<b>56,32</b>	<b>296,43</b>	<b>35,03</b>
<b>Итого за день</b>				<b>55,13</b>	<b>82,13</b>	<b>176,62</b>	<b>1 663,16</b>	<b>248,00</b>

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»



Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57



**МЕНЮ**  
на 29 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
<b>Завтрак</b>								
1	Каша гречневая вязкая на молоке 200 г	104/2009	205	7,94	8,21	35,13	246,17	22,49
2	Бутерброд с маслом 30/20 1-2004	1/2004	30/20	1,4	13,5	8,5	163	27,33
3	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,91
4	Апельсин	112/2013	1шт	1,8	0,4	16,2	86	50,46
5	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,47
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>14,7</b>	<b>24,23</b>	<b>84,07</b>	<b>625,57</b>	<b>118,66</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	7,60
2	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	5,27
3	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					68,34
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,57
5	Хлеб 41г	109/2013		1,32	0,24	6,68	34,8	3,74
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,12
7	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
<b>Итого за Обед</b>				<b>11,13</b>	<b>20,85</b>	<b>95,44</b>	<b>625,6</b>	<b>108,98</b>
<b>Полдник</b>								
1	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,48
2	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	11,81
<b>Итого за Полдник</b>				<b>6,48</b>	<b>4,86</b>	<b>57,13</b>	<b>258,49</b>	<b>20,29</b>
<b>Итого за день</b>				<b>32,31</b>	<b>49,94</b>	<b>236,64</b>	<b>1 509,66</b>	<b>248,00</b>

Калькулятор         

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57

Рыбин В.Н.

МЕНЮ  
на 30 октября 2024 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	43,77
2	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	12,25
3	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	19,44
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,34
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	29,67
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,37
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>38,62</b>	<b>17,75</b>	<b>86,69</b>	<b>947,24</b>	<b>110,84</b>
<b>Обед</b>								
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 картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,88
3	Жаркое по-домашнему 180 181-2009	181/2009	180	18,25	14,04	17,91	270,61	85,57
4	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,65
5	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,41
6	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	8,18
<b>Итого за Обед</b>				<b>24,49</b>	<b>22,07</b>	<b>66,24</b>	<b>565,82</b>	<b>120,08</b>
<b>Полдник</b>								
1	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,25
2	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,83
<b>Итого за Полдник</b>				<b>0,69</b>	<b>0,03</b>	<b>26,98</b>	<b>110,55</b>	<b>17,08</b>
<b>Итого за день</b>				<b>63,8</b>	<b>39,85</b>	<b>179,91</b>	<b>1 623,61</b>	<b>248,00</b>

Калькулятор ш

Заведующая производством \_\_\_\_\_



