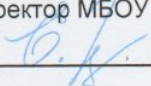


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

02.10.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	10,00	78	6	5,5	0,3
257/1994	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200/6	20,00	312,85	7,13	10,06	44,76
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	69,72	3,55	0,47	22,71
<b>Итого:</b>			<b>36,00</b>	<b>520,57</b>	<b>16,88</b>	<b>16,13</b>	<b>82,77</b>
<b>Обед</b>							
13/2008	Салат из свежей капусты с морковью	50	7,00	42,25	0,60	5	4,55
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	23,00	137	3,90	7,1	12,9
ТТК	Поджарка куриная	75/25	80,00	340,5	19,20	19,95	1,65
255/1994	Каша гречневая рассыпчатая	200	20,00	247	4,80	6,1	50,1
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	139,44	7,10	0,94	45,42
<b>Итого:</b>			<b>139,00</b>	<b>923,94</b>	<b>35,20</b>	<b>34,19</b>	<b>110,52</b>
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	<b>1444,51</b>	<b>52,08</b>	<b>50,32</b>	<b>193,29</b>



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

03.10.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углевод ы
<b>Завтрак</b>							
257/1994	Каша пшенная молочная с маслом	200/6	21,00	271,90	7,30	8,6	39,4
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	69,72	3,55	0,47	22,71
<b>Итого:</b>			<b>27,00</b>	401,62	11,05	9,17	77,11
<b>Обед</b>							
ТТК	Слойка с фруктовой начинкой	75	34,00	229	5,10	6	52,1
46/2008	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	16,00	121	3,90	2,8	20
444/1994	Голень куриная, тушеная в соусе	110/50	60,00	360	31,00	23	7,2
255/1994	Каша пшеничная	200	22,00	150	2,20	4,4	25,5
652/1994	Напиток из шиповника	200	11,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	50	5,00	139,44	7,10	0,94	45,42
<b>Итого:</b>			<b>148,00</b>	1061,44	49,60	37,14	165,42
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	1463,06	60,65	46,31	242,53



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

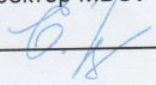
04.10.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углевод ы
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	10,00	78,00	6,00	5,5	0,3
121/2008	Каша гречневая молочная с маслом	250/10	31,00	239,00	4,50	4,05	19,25
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	69,72	3,55	0,47	22,71
<b>Итого:</b>			<b>47,00</b>	<b>446,72</b>	<b>14,25</b>	<b>10,12</b>	<b>57,26</b>
<b>Обед</b>							
7/2008	Морковь с яблоком с сахаром с маслом	50	6,00	37	0,50	2,2	0,3
47/2008	Суп картофельный с горохом	250	17,00	169	19,20	19,95	1,65
ТТК	Отбивная куриная с сыром	75	75,00	169	19,20	19,95	1,65
97/2008	Спагетти отварные	200	20,00	247	4,80	6,1	50,1
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	70	7,00	139,44	7,10	0,94	45,42
<b>Итого:</b>			<b>128,00</b>	<b>821,44</b>	<b>51,00</b>	<b>49,24</b>	<b>114,12</b>
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	<b>1268,16</b>	<b>65,25</b>	<b>59,36</b>	<b>171,38</b>



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

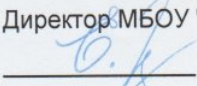
05.10.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
<b>Завтрак</b>							
112/2008	Омлет натуральный с маслом	105/5	33,00	197,30	9,40	16,7	2,4
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	81,07	4,14	0,55	17,57
<b>Итого:</b>			<b>39,00</b>	<b>338,37</b>	<b>13,74</b>	<b>17,35</b>	<b>34,97</b>
<b>Обед</b>							
14/2008	Салат из свежих овощей	100	17,00	1,2	9,90	5,4	109,6
48/2008	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250/10	17,00	142	3,00	5	12,4
ТТК	Горбуша запеченная с помидорами	75	65,00	209,8	10,80	11,68	18,7
ТТК	Рис, припущенный с морковью	200	28,00	242,84	4,45	9,72	31,32
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	676,74	27,48	34,7	69,94
<b>Итого:</b>			<b>136,00</b>	<b>1332,58</b>	<b>45,93</b>	<b>61,2</b>	<b>147,36</b>
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	<b>1670,95</b>	<b>59,67</b>	<b>78,55</b>	<b>182,33</b>



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

06.10.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Сыр твердый	20	15,00	75,40	4,90	5,6	0
257/1994	Каша пшеничная молочная с маслом	200/6	21,00	211,95	8,30	9,9	38,3
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	81,07	3,55	0,47	22,71
<b>Итого:</b>			<b>42,00</b>	428,42	16,95	16,07	76,01
<b>Обед</b>							
ТТК	Салат "Сезонный"	50	12,00	65	1,20	0,5	10,1
45/2008	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/10	26,00	137	3,90	7,1	12,9
ТТК	Гуляш из индейки	50/75	67,00	222,07	9,80	10,8	3,4
97/2008	Макароны отварные	150	17,00	247	4,80	6,1	50,1
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	62,1	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	856,84	33,90	32,14	152,02
<b>Итого:</b>			<b>133,00</b>	1525,01	52,70	56,14	220,72
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	1953,43	69,65	72,21	296,73