

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин 

Зав.произв. И.В. Суховерхова 



# МЕНЮ

11-18 лет

Лицей №82

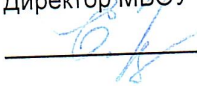
3 февраля 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
<b>Завтрак</b>							
119/2008	Каша "Дружба" вязкая с маслом	250/10	25,00	270,38	10,80	17,49	30,21
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	90	8,00	142,56	7,28	0,97	46,58
<b>Итого:</b>		<b>550,00</b>	<b>36,00</b>	<b>472,94</b>	18,28	18,56	91,79
<b>Обед</b>							
3/2008	Салат из св. огурцов и помидоров	100	17,00	106	0,90	10,1	2,9
60/2008	Уха со взбитым яйцом	250/6	27,00	126	6,60	5,3	13,3
401/1994	Гуляш из свинины	75/75	83,00	326,19	18,49	13,79	4,64
257/1994	Каша гречневая вязкая	180	15,00	176,55	2,64	5,27	30,53
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	70	7,00	110,85	5,64	0,75	36,11
<b>Итого:</b>		<b>956,00</b>	<b>152,00</b>	905,59	34,47	35,31	102,48

**Всего 188,00 1378,53 52,75 53,87 194,27**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин 

Зав.произв. И.В. Суховерхова



# МЕНЮ

Лицей №82

11-18 лет

4 февраля 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	13,00	63,00	5,10	5,1	0,3
257/1994	Каша "Геркулес" молочная с маслом	250/10	25,00	345,90	10,20	14,4	44
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	7,00	110,85	5,64	0,75	36,11
<b>Итого:</b>		<b>577</b>	<b>51,00</b>	<b>581,75</b>	<b>21,24</b>	<b>20,25</b>	<b>95,61</b>
<b>Обед</b>							
ТТК	Маффин	60	20,00	236,7	3,20	11,2	31,4
109/удм	Пуштые шyd с курицей	250/6	25,00	271	15,20	15,5	17,8
423/1994	Тефтели из говядины с рисом с соусом	80/50	58,00	211,47	12,64	13,83	9,04
97/2008	Макароны отварные	200	20,00	254,03	7,32	6,38	41,63
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	110,85	5,64	0,75	36,11
<b>Итого:</b>		<b>923</b>	<b>137,00</b>	<b>1146,05</b>	<b>44,30</b>	<b>47,66</b>	<b>151,2</b>
<b>Всего</b>			<b>188,00</b>	<b>1727,80</b>	<b>65,54</b>	<b>67,91</b>	<b>246,8</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П.Штин

Зав.произв.И.В. Суховерхова



# МЕНЮ

Лицей №82


11-18 лет

5 февраля 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белк и	жир ы	угле воды
<b>Завтрак</b>							
ткк	Сыр твердый	10	11,00	32,15	1,91	1,77	0
ткк13	Масло сливочное (порция)	7	11,00	74,8	0,10	6,3	0,1
121/2008	Каша гречневая молочная с маслом	250/10	25,00	251,90	10,00	10	33,4
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	80	5,00	126,88	5,2	0,86	41,3
<b>Итого:</b>		<b>557</b>	<b>55,00</b>	<b>545,73</b>	<b>17,41</b>	<b>19</b>	<b>89,8</b>
<b>Обед</b>							
41/2008	Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	18,00	80	2,80	4,1	7,6
460/1994	Котлета куриная рубленая	100	80,00	271,08	18,69	14,3	17,1
ТТК	Рис "Кус-Кус"	180	26,00	234,09	4,05	5,89	41,4
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Батон	60	6,00	194,52	5,42	1,32	37,7
<b>Итого:</b>		<b>800</b>	<b>133,00</b>	<b>839,69</b>	<b>31,16</b>	<b>27,8</b>	<b>119</b>
<b>Всего</b>			<b>188,00</b>	<b>966,57</b>	<b>36,36</b>	<b>28,6</b>	<b>160</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



# МЕНЮ

Лицей №82

11-18 лет

6 февраля 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
<b>Завтрак</b>							
тк	Яйцо вареное	1 шт	13,00	63,00	5,10	5,1	0,3
257/1994	Каша пшеничная молочная с маслом	250/10	24,00	264,94	13,88	12,38	43,95
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
тк	Хлеб пшеничный	55	6,00	87,23	4,44	0,59	28,41
<b>Итого:</b>		<b>555</b>	<b>46,00</b>	<b>475,17</b>	<b>23,62</b>	<b>18,17</b>	<b>87,66</b>
<b>Обед</b>							
14/2008	Салат из свежих овощей с помидорами	100	15,00	80,13	1,60	5,13	6,91
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	20,00	111,00	3,1	4,2	15,1
тк	Отбивная куринная с сыром	100	75,00	223,5	18,60	11,99	4,5
97/2008	Спагетти отварные	180	18,00	228,63	6,59	5,74	37,47
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0	15,2
тк	Хлеб пшеничный	70	8,00	110,85	5,64	0,75	36,11
<b>Итого:</b>		<b>917</b>	<b>142,00</b>	<b>816,11</b>	<b>35,83</b>	<b>27,81</b>	<b>115,3</b>
<b>Всего</b>			<b>188,00</b>	<b>1291,28</b>	<b>59,45</b>	<b>45,98</b>	<b>203</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



# МЕНЮ

Лицей №82

11-18 лет

7 февраля 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	Б	Ж	У
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Сыр твердый	10	11,00	32,15	4,90	5,6	0
257/1994	Каша манная вязкая	206	23,00	328,90	9,30	11,9	46,7
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60,00	0,20	0,10	15,00
ТТК	Хлеб пшеничный	80	7,00	126,00	6,50	0,85	41,22
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>44,00</b>	<b>547,05</b>	<b>20,90</b>	<b>18,45</b>	<b>102,92</b>
<b>Обед</b>							
3/2008	Салат из св. огурцов и помидоров	100	17,00	106	0,90	10,1	2,9
51/2008	Суп-лапша с помидорами с курицей	250/6	25,00	125,7	3,9	5,8	14,2
403/1994	Плов из свинины	250	91,00	541,08	28,72	28,56	42,08
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60,00	0,20	0,10	15,00
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	110,85	5,64	0,75	36,11
<b>Итого:</b>		<b>876</b>	<b>144,00</b>	<b>943,63</b>	<b>39,36</b>	<b>45,31</b>	<b>110,29</b>

**Всего 188,00 1490,68 60,26 63,76 213,21**