

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

3 марта 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб. коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
Завтрак							
ттк 213	Яйцо вареное	40	13,00	63	5,1	4,6	0,3
257/1994	Каша рисовая вязкая	260	30,00	315,90	7,10	12,25	46,1
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК 13	Хлеб пшеничный	75	5,00	143,00	7,28	0,97	46,58
Итого:		575	51,00	581,90	19,68	17,92	107,98
Обед							
17/2008	Салат из квашеной капусты	100	14,00	88	1,60	5,1	8,2
60/2008	Уха из горбуши со взбитым яйцом	256	28,00	126	6,60	5,3	13,3
ттк 5	Поджарка куриная	75/25	67,00	217,3	18,45	11,81	9,7
255/1994	Каша гречневая рассыпчатая	200	20,00	339,6	11,5	9,4	52,3
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК 12	Хлеб пшеничный	70	5,00	110,85	5,64	0,75	36,11
Итого:		930	137,00	941,75	43,99	32,46	134,61

Всего

188,00

1523,65

63,67

50,38 242,59