

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

9 января 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
Завтрак							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	13,00	78,00	6,00	5,5	0,3
257/1994	Каша пшеничная молочная с маслом	200/6	22,00	260,80	8,3	7,9	36,3
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	81,10	4,1	0,6	26,4
Итого:			42,00	479,90	18,60	14,1	78
Обед							
ТТК	Салат из капусты и св. помидоров с маслом	70	14,00	160,5	5,03	2,63	28,73
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	25,00	137	3,90	7,1	12,9
ТТК	Отбивная куринная с сыром	75	75,00	185,5	12,20	12,83	7,13
97/2008	Спагетти отварные	180	18,00	218	4,20	9	29,2
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	959,80	37,20	28,2	156
Итого:			146,00	1722,80	62,83	59,76	249,2

Всего 188,00 2202,70 81,43 73,86 327,2

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

13 января 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
Завтрак							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	13,00	78	6	5,5	0,3
257/1994	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200/6	25,00	250,28	5,71	8,05	35,81
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	69,72	3,55	0,47	22,71
Итого:			45,00	458,00	15,46	14,12	73,82
Обед							
13/2008	Салат из свежей капусты с морковью	75	10,00	42,25	0,60	5	4,55
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	25,00	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	17,00	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	8,00	165,80	5,30	0,4	35,1
Итого:			143,00	992,55	34,00	38,65	106,4
Всего			188,00	1450,55	49,46	52,77	184,34

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

14 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углевод ы
Завтрак							
ТТК	Сыр твердый	10	11,00	30,15	1,91	1,77	0
257/1994	Каша пшенная молочная с маслом	200/6	23,00	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	35	4,00	82,90	2,70	0,2	17,6
Итого:			41,00	444,95	12,11	10,67	72
Обед							
ТТК	Маффин	60	20,00	229	5,10	6	52,1
46/2008	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	19,00	121	3,90	2,8	20
416/1994	Шницель мясной	75	63,00	340,5	19,20	19,95	1,65
92/2008	Картофельное пюре	200	27,00	4,2	9,00	29,2	218
652/1994	Напиток из шиповника	200	10,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	165,80	5,30	0,4	35,1
Итого:			147,00	922,50	42,80	58,35	342,05
Всего			188,00	1367,45	54,91	69,02	414,05

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. ШТИН

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

15 января 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углевод ы
Завтрак							
ТТК	Сыр твердый	10	11,00	30,15	1,91	1,77	0
121/2008	Каша гречневая молочная с маслом	200/6	25,00	239,50	8,70	6,4	30,2
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	82,9	2,7	0,2	17,6
Итого:			43,00	412,55	13,51	8,47	62,8
Обед							
7/2008	Морковь с яблоком с сахаром с маслом	50	9,00	51,8	0,70	3,08	0,42
47/2008	Суп картофельный с горохом	250	22,00	169	19,20	19,95	1,65
63/2008	Гуляш из свинины	75/50	83,00	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	8,00	165,80	5,40	0,4	35,2
Итого:			145,00	862,60	49,50	49,58	104,02
Всего			188,00	1275,15	63,01	58,05	166,82

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

16 января 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена		углево		
			/руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	ды
Завтрак							
112/2008	Омлет натуральный с маслом	105/5	42,00	208,00	8,80	10,5	2
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	82,9	2,7	0,2	17,6
		Итого:	49,00	350,90	11,70	10,8	34,6
Обед							
14/2008	Салат из свежих овощей	75	15,00	1,2	9,90	5,4	109,6
56/2008	Суп из овощей со сметаной	250/10	24,00	159,2	7,8	9,4	12,9
ТТК	Горбуша запеченная с помидорами	75	69,00	209,8	10,80	11,68	18,7
ТТК	Рис, припущенный с морковью	180	20,00	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	70	8,00	165,8	5,3	0,4	35,1
		Итого:	139,00	838,84	38,45	36,7	222,62
		Всего	188,00	1189,74	50,15	47,50	257,22

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

17 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена		углево		
			/руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	ды
Завтрак							
ТТК	Сыр твердый	10	11,00	37,70	2,45	2,8	0
257/1994	Каша пшеничная молочная с маслом	200/6	24,00	211,95	8,30	9,9	28,3
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	82,9	2,7	0,2	17,6
Итого:			42,00	392,55	13,65	13	60,9
Обед							
ТТК	Салат "Сезонный"	100	16,00	65	1,20	0,5	10,1
129/1994	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	22,00	156	3,70	4,3	16,8
449/1994	Плов из курицы	250	95,00	490,20	7,50	9,1	13,7
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	62,1	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	165,80	5,30	0,4	35,1
Итого:			146,00	939,10	18,00	14,3	90,9
Всего			188,00	1331,65	31,65	27,30	151,80