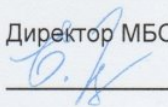


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

  
Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

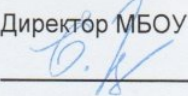
Лицей №82

09.10.2023 г

| №<br>рецептуры | Наименование блюда            | Выход<br>/грамм/ | Цена<br>/руб.коп./ | ЭЦ /ккал/      | белки        | жиры         | углев<br>оды  |
|----------------|-------------------------------|------------------|--------------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Завтрак</b> |                               |                  |                    |                |              |              |               |
| 119/2008       | Каша "Дружба" вязкая с маслом | 200/6            | 23,00              | 323,25         | 8,25         | 10,75        | 49,5          |
| 628/1994       | Чай с сахаром                 | 200              | 3,00               | 60             | 0,2          | 0,1          | 15            |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                | 30               | 3,00               | 81,1           | 3,55         | 0,47         | 22,71         |
|                | <b>Итого:</b>                 |                  | <b>29,00</b>       | <b>464,35</b>  | 12,00        | 11,32        | 87,21         |
| <b>Обед</b>    |                               |                  |                    |                |              |              |               |
| 60/2008        | Уха со взбитым яйцом          | 250/6            | 30,00              | 136,5          | 5,70         | 9,9          | 13,3          |
| 416/1994       | Биточки из говядины           | 75               | 70,00              | 222,07         | 9,80         | 10,8         | 3,4           |
| 255/1994       | Каша гречневая рассыпчатая    | 150              | 17,00              | 247            | 4,3          | 5,5          | 45,1          |
| 628/1994       | Чай с сахаром                 | 200              | 3,00               | 60             | 0,20         | 0,1          | 15            |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                | 60               | 6,00               | 162,20         | 7,10         | 0,94         | 45,42         |
|                | <b>Итого:</b>                 |                  | <b>126,00</b>      | <b>827,77</b>  | 27,10        | 27,24        | 122,22        |
|                | <b>Всего</b>                  |                  | <b>155,00</b>      | <b>1292,12</b> | <b>39,10</b> | <b>38,56</b> | <b>209,43</b> |

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

  
Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

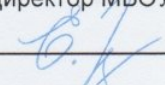
Лицей №82

10.10.2023 г

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                   | Выход<br>/грамм/ | Цена<br>/руб.коп./ | ЭЦ /ккал/      | белки        | жиры         | углев<br>оды |
|----------------|--------------------------------------|------------------|--------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>Завтрак</b> |                                      |                  |                    |                |              |              |              |
| ТТК            | Яйцо вареное                         | 1 шт             | 10,00              | 78,00          | 6,00         | 5,5          | 0,3          |
| 257/1994       | Каша "Геркулес" молочная с маслом    | 200/6            | 23,00              | 256,71         | 8,00         | 6,41         | 33,15        |
| 628/1994       | Чай с сахаром                        | 200              | 3,00               | 60             | 0,2          | 0,1          | 15           |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                       | 30               | 3,00               | 81,1           | 4,1          | 0,6          | 26,4         |
| <b>Итого:</b>  |                                      |                  | <b>39,00</b>       | <b>475,81</b>  | <b>14,20</b> | <b>12,61</b> | <b>74,85</b> |
| <b>Обед</b>    |                                      |                  |                    |                |              |              |              |
| ТТК            | Огурцы свежие                        | 35               | 5,00               | 5,2            | 0,10         | 0            | 0,1          |
| 129/1994       | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/10           | 29,00              | 156            | 3,70         | 4,3          | 16,8         |
| 423/1994       | Тефтели из говядины с рисом с соусом | 60/50            | 50,00              | 199,5          | 8,40         | 18,3         | 0,3          |
| 97/2008        | Спагетти отварные                    | 200              | 20,00              | 242,84         | 4,45         | 9,72         | 31,32        |
| 629/1994       | Чай с сахаром с лимоном              | 200/7            | 5,00               | 62             | 0,3          | 0            | 15,2         |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                       | 70               | 7,00               | 951,62         | 28,40        | 25,22        | 149,7        |
| <b>Итого:</b>  |                                      |                  | <b>116,00</b>      | <b>1617,16</b> | <b>45,35</b> | <b>57,54</b> | <b>213,4</b> |
| <b>Всего</b>   |                                      |                  | <b>155,00</b>      | <b>2092,97</b> | <b>59,55</b> | <b>70,15</b> | <b>288,3</b> |

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

11.10.2023 г

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                         | Выход<br>/грамм/ | Цена<br>/руб.коп./ | ЭЦ /ккал/ | белк<br>и | жир<br>ы | угле<br>воды |
|----------------|--|------------------|--------------------|-----------|-----------|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b> |  |                  |                    |           |           |          |              |
| 297/1994       | Запеканка из творога со сгущ.молоком       | 100/20           | 58,00              | 296,48    | 17,70     | 9        | 16,1         |
| 628/1994       | Чай с сахаром                              | 200              | 3,00               | 60        | 0,2       | 0,1      | 15           |
| <b>Итого:</b>  |  |                  | <b>61,00</b>       | 356,48    | 17,90     | 9,1      | 31,1         |
| <b>Обед</b>    |  |                  |                    |           |           |          |              |
| 41/2008        | Щи из св. капусты с картофелем со сметаной | 250/10           | 21,00              | 134       | 6,80      | 4,1      | 7,6          |
| 460/1994       | Котлета куриная рубленая                   | 50               | 38,00              | 247       | 7,50      | 12,9     | 5,04         |
| ТТК            | Рис "Кус-Кус"                              | 170              | 26,00              | 281,9     | 4,80      | 8,5      | 50,1         |
| 628/1994       | Чай с сахаром                              | 200              | 3,00               | 60        | 0,2       | 0,1      | 15           |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                             | 60               | 6,00               | 592,96    | 35,40     | 18       | 32,2         |
| <b>Итого:</b>  |  |                  | <b>94,00</b>       | 1315,86   | 54,70     | 43,6     | 110          |
| <b>Всего</b>   |  |                  | <b>155,00</b>      | 1672,34   | 72,60     | 52,7     | 141          |

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

12.10.2023 г

| №<br>рецептуры | Наименование блюда                           | Выход<br>/грамм/ | Цена<br>/руб.коп./ | ЭЦ /ккал/ белки жиры |                |              | углев<br>оды |              |
|----------------|--|------------------|--------------------|----------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|
|                |  |                  |                    | ЭЦ                   | белки          | жиры         |              |              |
| <b>Завтрак</b> |  |                  |                    |                      |                |              |              |              |
| 257/1994       | Каша пшеничная молочная с маслом             | 200/6            | 20,00              | 212,00               | 6,00           | 7            | 31           |              |
| 628/1994       | Чай с сахаром                                | 200              | 3,00               | 60                   | 0,2            | 0,1          | 15           |              |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                               | 30               | 3,00               | 81,10                | 4,1            | 0,6          | 26,4         |              |
|                |  |                  | <b>Итого:</b>      | <b>26,00</b>         | <b>353,10</b>  | <b>10,30</b> | <b>7,7</b>   | <b>72,4</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |                  |                    |                      |                |              |              |              |
| ТТК            | Салат из капусты и св. помидоров с маслом    | 100              | 20,00              | 160,5                | 5,03           | 2,63         | 28,73        |              |
| 39/2008        | Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной | 250/10           | 23,00              | 137                  | 3,90           | 7,1          | 12,9         |              |
| 416/1994       | Шницель из говядины рубленный                | 75               | 56,00              | 340,5                | 19,20          | 19,95        | 1,65         |              |
| 97/2008        | Макаронные изделия отварные                  | 200              | 20,00              | 218                  | 4,20           | 9            | 29,2         |              |
| 629/1994       | Чай с сахаром с лимоном                      | 200/7            | 5,00               | 62                   | 0,3            | 0            | 15,2         |              |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                               | 50               | 5,00               | 115,80               | 5,92           | 0,79         | 37,7         |              |
|                |  |                  | <b>Итого:</b>      | <b>129,00</b>        | <b>1033,80</b> | <b>38,55</b> | <b>39,47</b> | <b>125,4</b> |
|                |  |                  | <b>Всего</b>       | <b>155,00</b>        | <b>1386,90</b> | <b>48,85</b> | <b>47,17</b> | <b>197,8</b> |

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

13.10.2023 г

| № рецептуры    | Наименование блюда               | Выход /грамм/ | Цена /руб.коп./ | ЭЦ /ккал/ | Б     | Ж     | У      |
|----------------|----------------------------------|---------------|-----------------|-----------|-------|-------|--------|
| <b>Завтрак</b> |                                  |               |                 |           |       |       |        |
| 257/1994       | Каша манная молочная с маслом    | 200/6         | 17,00           | 248,97    | 7,10  | 8,00  | 38,9   |
| 628/1994       | Чай с сахаром                    | 200           | 3,00            | 60,00     | 0,20  | 0,10  | 15,00  |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                   | 30            | 3,00            | 81,07     | 4,13  | 0,55  | 26,41  |
| <b>Итого:</b>  |                                  |               | <b>23,00</b>    | 390,04    | 11,43 | 8,65  | 80,31  |
| <b>Обед</b>    |                                  |               |                 |           |       |       |        |
| ТТК            | Огурцы свежие                    | 30            | 6,00            | 5         | 0,24  | 0,01  | 0,84   |
| 51/2008        | Суп-лапша с помидорами с курицей | 250/6         | 30,00           | 220,2     | 11,1  | 10    | 7,8    |
| 449/1994       | Плов из курицы                   | 250           | 87,00           | 490,2     | 7,50  | 9,1   | 13,7   |
| 628/1994       | Чай с сахаром                    | 200           | 3,00            | 60,00     | 0,20  | 0,10  | 15,00  |
| ТТК            | Хлеб пшеничный                   | 60            | 6,00            | 138,98    | 5,90  | 0,79  | 37,73  |
| <b>Итого:</b>  |                                  |               | <b>132,00</b>   | 914,38    | 24,94 | 20    | 75,07  |
| <b>Всего</b>   |                                  |               | <b>155,00</b>   | 1304,42   | 36,37 | 28,65 | 155,38 |