

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

9, 11 класс

Спортивный лицей №82

15.04.2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
Завтрак							
ттк	Яйцо вареное	1/40	17,00	5,1	5,1	0,3	63
257/1994	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	200/6	21,00	6,90	8,40	28,10	267,00
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	0,2	0,1	15	62
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	4,13	0,55	26,41	81,07
Итого:			46,00	16,33	14,15	69,81	473,07
Обед							
ттк	Огурцы свежие	30	7,00	0,24	0,00	0,72	4,20
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	20,00	137	3,90	7,1	12,9
401/1994	Гуляш из свинины	75/50	75,00	34,1	25,30	7,92	396
255/1994	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,00	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	8,26	1,10	52,82	162,14
Итого:			129,00	486,60	35,30	74,76	627,44
Всего			175,00	502,93	49,45	144,57	1100,51

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Спортивный лицей №82

16.04.2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
Завтрак							
112/2008	Суп молочный с макаронными изделиями	250	21,00	5,70	5,80	21,70	168,00
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	4,13	0,55	26,41	81,07
Итого:			27,00	10,03	6,45	63,11	309,07
Обед							
ТТК	Огурцы свежие	30	7,00	0,24	0,01	0,72	4,2
50/2008	Токмач (суп-лапша с картофелем) с курицей	250/6	28,00	15,60	10,30	21,80	229,7
ТТК	Отбивная куриная с сыром	100	86,00	8,12	8,27	2,79	147,46
460/1994	Макароны отварные	200	18,00	2,64	5,28	30,60	180
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	8,27	1,09	52,82	162,14
Итого:			148,00	35,07	25,05	123,73	783,50
Всего			175,00	45,10	31,50	186,84	1092,57

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова

МЕНЮ



Спортивный лицей №82

4 класс

17.04.2024 г

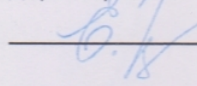
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
Завтрак							
ТТК	Огурец свежий	30	6,00	0,04	0,00	0,72	4,2
ткк13	Масло сливочное (порция)	10	10,00	0,10	6,30	0,10	75,00
ткк14	Сыр (порция)	30	24,00	5,21	5,30	0,00	90,47
121/2008	Каша гречневая молочная с маслом	200/6	26,00	8,70	6,40	30,20	239,50
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	5,00	0,71	33,99	104,34
Итого:			72,00	19,25	18,81	80,01	569,31

Обед

ткк	Огурцы свежие	30	7,00	0,24	0,00	0,72	4,20
45/2008	Агырчи шыд со сметаной	250/10	21,00	8,20	9,50	16,80	172,9
324/1994	Биточки рыбные	60	55,00	10,20	5,94	0,06	96,54
92/2008	Картофельное пюре	200	22,00	3,15	6,75	21,90	196,35
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	8,27	1,09	52,82	162,14
Итого:			114,00	30,26	23,38	107,30	692,13

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин _____

Зав.произв. И.В. Суховерхова _____



МЕНЮ

Спортивный лицей №82

4 класс

18.04.2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена		Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
			/руб.коп./					
Обед								
ткк	Рогалик с повидлом	75	18,00	2,84	3,85	17,89	165,60	
ткк	Огурцы свежие	60	6,00	0,05	0,01	1,44	8,40	
112/2008	Омлет натуральный с маслом	105/5	35,00	8,80	10,50	2,00	208,00	
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	0,3	0,1	15,2	62	
ТТК	Хлеб пшеничный	90	8,00	7,25	0,96	46,45	142,61	
Итого:		422	72,00	19,24	15,42	82,98	586,61	

Обед

17/2008	Салат из квашеной капусты	50	11,00	1,60	4,99	9,24	79,7
56/2008	Суп из овощей со сметаной	250/10	20,00	3,90	7,10	12,90	137
82/2008	Колбаска "Витаминка"	50	40,00	14,20	5,90	0,40	185
460/1994	Спагетти отварные	180	17,00	4,92	6,12	51,21	277,97
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	8,27	1,09	52,82	162,14
Итого:		97,00	33,09	25,30	141,57	901,81	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Спортивный лицей №82

4 класс

19.04.2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
Завтрак							
460/1994	Биточек куриный	50	41,00	7,20	7,90	8,50	135,00
257/1994	Каша "Геркулес" вязкая с маслом сливочным	200/6	23,00	6,20	6,77	28,70	211,60
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	0,30	0,10	15,20	62
ТТК	Хлеб пшеничный	40	3,00	4,71	0,63	30,11	92,42
Итого:		503	72,00	18,41	15,40	82,51	501,02

Обед							
3/2008	Салат из св. огурцов и помидоров	75	23,00	42	0,63	3,5	2,8
51/2008	Суп-лапша с помидорами с курицей	250/6	30,00	220,2	11,1	10	7,8
460/1994	Котлета куриная рубленая	50	42,00	247	7,5	12,9	5,04
ТТК	Рис, припущенный с морковью	180	23,00	242,84	4,45	9,72	31,32
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
Итого:			127,00	951,02	29,78	37,01	99,69