

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Спортивный лицей №82

22.04.2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
Завтрак							
257/1994	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200/6	24,00	5,71	8,05	35,81	250,28
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,55	0,47	22,71	69,72
	Итого:		31,00	9,46	8,62	73,52	380,00
Обед							
ТТК	Огурец свежий	60	7,00	0,24	0,01	0,72	4,2
60/2008	Уха из горбуши со вбитым яйцом	250/10	27,00	11,00	14,94	22,00	197,625
ТТК	Поджарка куринная	75	80,00	19,30	24,50	0,70	301,7
255/1994	Каша гречневая	200	20,00	3,91	7,60	47,83	255,8667
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	70	7,00	7,08	17,24	147,04	760
	Итого:		144,00	41,73	64,39	233,29	1575,19

Всего 175,00 51,19 73,01 306,81 1955,19

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Спортивный лицей №82

23.04.2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб. коп./	Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
Завтрак							
119/2008	Каша "Дружба" молочная с маслом	200/6	23,00	5,71	9,98	26,73	223,44
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	3,54	0,47	22,64	69,49
Итого:			29,00	9,45	10,55	64,37	352,93
Обед							
ТТК	Маффин классический	75	25,00	5,60	9,00	44,60	258,5
39/2008	Борщ из св.капусты с картофелем со сметаной	250/10	25,00	2,30	7,20	13,40	127
423/1994	Тефтели мясные с рисом с соусом	80/50	50,00	9,51	11,70	15,40	202,8
92/2008	Картофельное пюре	200	35,00	3,15	6,75	21,90	196,35
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	0,3	0	15,2	62,8
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	7,08	21,10	128,74	705,86
Итого:			146,00	22,34	46,75	194,64	1553,31
Всего			175,00	31,79	57,30	259,0	1906,24

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Спортивный лицей №82

24.04.2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
Завтрак							
ткк14	Сыр (порция)	10	8,00	1,91	1,77	0,00	30,00
257/1994	Каша маная молочная вязкая с маслом сливочным	200/6	21,00	5,90	6,67	29,70	210,20
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,10	15,00	60
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	3,54	0,47	22,64	69,49
Итого:			35,00	11,55	9,01	67,34	369,69
Обед							
ткк	Салат из кв. капусты	50	14,00	0,80	5,40	2,90	64,7
129/1994	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	25,00	3,40	6,50	13,90	139,65
449/1994	Плов из курицы	250	90,00	22,69	24,42	45,00	490,38
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	0,30	0,10	15,20	62,00
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	7,08	0,94	45,28	138,98
Итого:			140,00	34,27	37,36	122,28	895,71
Всего			175,00	45,82	46,37	189,62	1265,40

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П.Штин

Зав.произв. И.В. Суховорова



МЕНЮ

Спортивный лицей №82

25.04.2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	Б	Ж	У	ЭЦ /ккал/
Завтрак							
109/2008	Пудинг творожный со сгущ.молоком	100/20	55,00	15	12,7	23,5	244
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,2	0,1	15	60
Итого:			58,00	15,2	12,8	38,5	304
Обед							
ттк	Салат из св. помидоров с маслом	50	15,00	0,8	5,4	2,9	64,7
41/2008	Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	15,00	109	4,1	7,6	109
81/2008	Фрикаделька "Петушок"	75	58,00	185,6	7,13	4,8	185,6
97/2008	Спагетти отварные	180	19,00	264,34	50,1	37,4	264,34
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,1	15	60
ттк	Хлеб пшеничный	60	7,00	138,98	0,94	45,28	138,98
Итого:			117,00	758,72	67,77	112,98	822,62
Всего			175,00	773,92	80,57	151,48	1126,6

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П.Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Спортивный лицей №82

26.04.2024 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 с маслом	200/6	21,00	8,26	9,26	29,99	267,03
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	0,2	0,1	15	60
ТТК	Хлеб пшеничный	30	3,00	3,54	0,47	22,64	69,49
Итого:			44,00	21,23	15,48	94,34	540,59
Обед							
ТТК	Огурцы свежие	30	9,00	0,72	4,20	4,97	2,1
49/2008	Суп картофельный с горохом и с нугылями	250	18,00	5,5	3,2	27,5	148,8
413/1994	Шницель мясной рубленый	90	62,00	11,2	13,5	4,8	185,6
ТТК	Рис "Кус-Кус"	200	30,00	8,5	50,1	29,19	286
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	0,3	0	15,2	62,8
ТТК	Хлеб пшеничный	60	7,00	7,08	0,94	45,28	138,98
Итого:			131,00	33,3	71,94	126,94	824,28
Всего			175,00	54,53	87,42	221,28	1364,87

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

27.04.2024 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