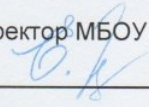


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

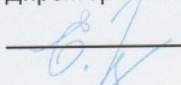
Лицей №82

25.09.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
<b>Завтрак</b>							
119/2008	Каша "Дружба" вязкая с маслом	250/10	30,00	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>36,00</b>	<b>464,35</b>	12,00	11,32	87,21
<b>Обед</b>							
3/2008	Салат из св. огурцов и помидоров	50	11,00	98	3,25	6,92	7,66
60/2008	Уха со взбитым яйцом	250/6	30,00	136,5	5,70	9,9	13,3
401/1994	Гуляш из свинины	50/75	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
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	5,00	62,1	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	60	6,00	162,20	7,10	0,94	45,42
<b>Итого:</b>			<b>139,00</b>	<b>927,87</b>	30,45	34,06	122,42
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	<b>1392,22</b>	42,45	45,38	209,63

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

26.09.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
<b>Завтрак</b>							
ткк	Яйцо вареное	1 шт	10,00	78,00	6,00	5,5	0,3
257/1994	Каша "Геркулес" молочная с маслом	250/10	30,00	323,25	6,25	7,88	27,5
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ткк	Хлеб пшеничный	30	3,00	81,1	4,1	0,6	26,4
<b>Итого:</b>			<b>46,00</b>	464,35	6,45	8,58	68,9
<b>Обед</b>							
ткк	Рогалик с маком	75	20,00	384	7,80	16,2	55
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	180	18,00	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
ткк	Хлеб пшеничный	70	7,00	928,70	12,90	17,16	137,8
<b>Итого:</b>			<b>129,00</b>	1973,04	37,55	65,68	256,4
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	2437,39	44,00	74,26	325,3

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

27.09.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белк и	жир ы	угле воды
<b>Завтрак</b>							
ттк	Плюшка Московская	50	10,00	135,00	3,80	2,45	24
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>71,00</b>	<b>491,48</b>	<b>21,70</b>	<b>11,6</b>	<b>55,1</b>
<b>Обед</b>							
ттк	Салат "Сезонный"	50	10,00	65	1,20	0,5	10,1
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>104,00</b>	<b>1380,86</b>	<b>55,90</b>	<b>44,1</b>	<b>120</b>
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	<b>1872,34</b>	<b>77,60</b>	<b>55,7</b>	<b>175</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ


Лицей №82

28.09.2023г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	10,00	78,00	6,00	5,5	0,3
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>36,00</b>	<b>431,10</b>	<b>16,30</b>	<b>13,2</b>	<b>72,7</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
ТТК	Отбивная куринная с сыром	75	67,00	185,5	12,20	12,83	7,13
97/2008	Макаронные изделия отварные	180	18,00	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	60	6,00	862,20	32,60	26,4	145,4
<b>Итого:</b>			<b>139,00</b>	<b>1625,20</b>	<b>58,23</b>	<b>57,96</b>	<b>238,6</b>
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	<b>2056,30</b>	<b>74,53</b>	<b>71,16</b>	<b>311,3</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор К.В.Миронов

Зав.произв. М.П. Пермякова



# МЕНЮ

Лицей №82

29.09.2023 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	Б	Ж	У
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Сыр твердый	20	15,00	75,40	4,90	5,6	0
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>38,00</b>	465,44	16,33	14,25	80,31
<b>Обед</b>							
3/2008	Салат из св. огурцов и помидоров	50	11,00	42	0,63	3,5	2,8
51/2008	Суп-лапша с помидорами с чурицей	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>137,00</b>	951,38	25,33	23,49	77,03
<b>Всего</b>			<b>175,00</b>	1416,82	41,66	37,74	157,34