



ООО "Митра"

Директор А.П.Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

4 класс

9 сентября 2024

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	/г/глеводы
Завтрак							
69/2008	Кнели из говядины	50	42,00	115,00	7,5	7,8	3,8
119/2008	Каша "Дружба" вязкая с маслом	200/6	23,00	223,44	6,18	9,98	26,73
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	185/15/7	6,00	62	0,3	0,1	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	40	4,00	92,65	4,72	0,63	30,18
Итого:		503,00	75,00	493,09	18,7	18,51	75,91
Обед							
ТТК	Огурцы свежие	60	10,00	5	0,24	0,01	0,84
60/2008	Уха со взбитым яйцом	250/6	32,00	136,5	5,70	9,9	13,3
416/1994	Биточки из говядины	75	60,00	222,07	9,80	10,8	3,4
255/1994	Каша гречневая рассыпчатая	200	15,00	247	4,3	5,5	45,1
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	6,00	62,1	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	7,00	0,00	0,00	0	0
Итого:		130,00	672,67	20,34	26,21	77,84	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова

МЕНЮ

Лицей №82

4 класс

10 сентября 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
Завтрак							
тпк	Огурец свежий	30	6,00	4,2	0,24	0,01	0,72
тпк13	Масло сливочное (порция)	10	12,00	75	0,10	6,3	0,1
тпк14	Сыр (порция)	25	24,00	75,4	4,78	4,42	0
257/1994	Каша "Геркулес" молочная с маслом	200/6	24,00	211,60	6,20	6,3	28,7
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	55	6,00	122,1	4,46	1,83	23,21
Итого:		501	75,00	548,30	15,98	18,96	67,73
Обед							
тпк	Огурцы свежие	60	10,00	5	0,24	0,01	0,84
тпк	Пуштые шyd с говядиной	250/6	26,00	156	3,70	4,3	16,8
423/1994	Тефтели из говядины с рисом с соусом	60/50	55,00	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	6,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	165,80	5,30	0,4	35,1
Итого:			125,00	831,14	22,39	32,73	99,56

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова

МЕНЮ

Лицей №82

4 класс

11 сентября 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углевод ы
Завтрак							
ТТК	Яблоко свежее	130	13,00	74,10	0,00	0,5	12,7
ТТК	Батон	50	4,00	162,10	3,23	1,1	31,35
297/1994	Запеканка из творога со сгущ.молоком	100/20	55,00	286,41	16,54	15,11	24,7
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
Итого:		500	75,00	582,61	19,97	16,81	83,75
Обед							
ТТК	Огурцы свежие	60	10,00	5	0,24	0,01	0,84
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	75	57,00	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	1165,22	39,94	33,62	167,5
Итого:			123,00	1893,12	59,48	59,23	246,08

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова

МЕНЮ

Лицей №82

4 класс

12 сентября 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
Завтрак							
460/1994	Котлеты куриные рубленые	50	44,00	135,00	7,2	7,5	8,5
257/1994	Каша пшеничная молочная с маслом	200/6	21,00	260,80	8,3	7,9	36,3
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	60	7,00	99,90	3,65	1,53	15,33
Итого:		501	75,00	555,70	19,35	17,03	75,13
Обед							
ТТК	Салат из капусты и св. помидоров с маслом	100	20,00	160,50	5,03	2,63	28,73
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	25,00	137,00	3,9	7,1	12,9
416/1994	Шницель из говядины рубленый	75	60,00	340,5	19,2	19,95	1,65
97/2008	Макаронные изделия отварные	200	20,00	218,00	4,2	9	29,2
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62,00	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	115,8	5,92	0,79	37,7
Итого:		139,00	1033,80	38,55	39,47	125,38	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"
Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин
Зав.произв. И.В. Суховерхова

МЕНЮ

Лицей №82

4 класс

13 сентября 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	углевод			
				ЭЦ /ккал/	белки	жиры	ы
Завтрак							
ткк	Огурец свежий	30	6,00	4,2	0,24	0,01	0,72
ткк13	Масло сливочное (порция)	10	12,00	75	0,10	6,3	0,1
ткк14	Сыр (порция)	25	25,00	75,4	4,78	4,42	0
257/1994	Каша манная молочная с маслом	200/6	21,00	244,20	7,30	6,37	36,8
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0,1	15,2
ткк	Хлеб ржано-пшеничный	50	5,00	111	4,1	1,66	21,1
Итого:		508	75,00	571,80	16,77	18,9	73,92
Обед							
ткк	Огурцы свежие	60	10,00	5	0,24	0,01	0,84
51/2008	Суп-лапша с помидорами с курицей	250/12,5	30,00	220,2	11,1	10	7,8
403/1994	Плов из свинины	250	82,00	490,2	7,50	9,1	13,7
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60,00	0,20	0,10	15,00
ткк	Хлеб пшеничный	70	8,00	138,98	5,90	0,79	37,73
Итого:			93,00	914,38	24,94	20,00	75,07