

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова

# МЕНЮ



Лицей №82

5 ноября 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	11,00	78,00	6,00	5,5	0,3
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 пшеничный	35	4,00	81,1	4.1	0,6	26,4
	<b>Итого:</b>		<b>42,00</b>	<b>430,70</b>	<b>12,40</b>	<b>12,5</b>	<b>70,4</b>
<b>Обед</b>							
ТТК	Маффин	65	24,00	384	7,80	16,2	55
ТТК	Пуштые шyd с курицей	250/6	25,00	156	3,70	4,3	16,8
423/1994	Тефтели из говядины с рисом с соусом	75/50	55,00	199,5	8,40	18,3	0,3
97/2008	Макароны 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
	<b>Итого:</b>		<b>138,00</b>	<b>1210,14</b>	<b>29,95</b>	<b>48,92</b>	<b>153,7</b>
	<b>Всего</b>		<b>180,00</b>	<b>1640,84</b>	<b>42,35</b>	<b>61,42</b>	<b>224,1</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П.Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



# МЕНЮ

Лицей №82

6 ноября 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белк и	жир ы	угле воды
<b>Завтрак</b>							
297/1994	Запеканка из творога со сгущ.молоком	100/20	55,00	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>58,00</b>	<b>356,48</b>	<b>17,90</b>	<b>9,1</b>	<b>31,1</b>
<b>Обед</b>							
ткк	огурцы свежие	30	5,00	32,5	0,60	0,25	5,05
41/2008	Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	18,00	134	6,80	4,1	7,6
ткк	Поджарка куриная	75/25	72,00	247	7,50	12,9	5,04
ткк	Рис "Кус-Кус"	150	16,00	281,9	4,80	8,5	50,1
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ткк	Хлеб пшеничный	70	8,00	592,96	35,40	18	32,2
	<b>Итого:</b>		<b>122,00</b>	<b>1348,36</b>	<b>55,30</b>	<b>43,9</b>	<b>115</b>
	<b>Всего</b>		<b>180,00</b>	<b>1704,84</b>	<b>73,20</b>	<b>53</b>	<b>146</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



# МЕНЮ

Лицей №82

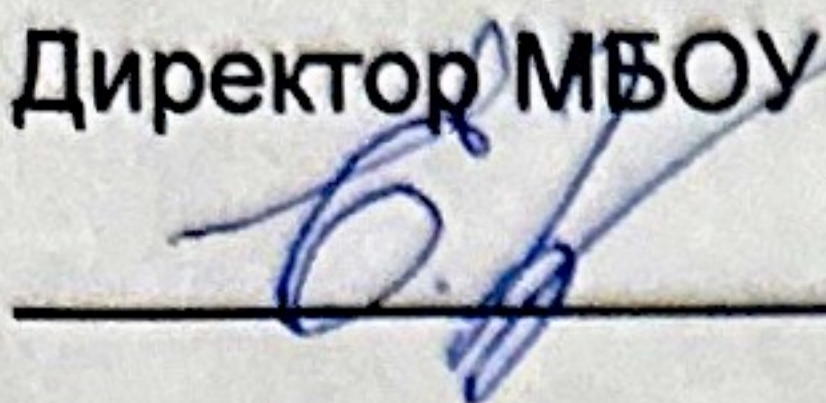
7 ноября 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
<b>Завтрак</b>							
тпк	Яйцо вареное	1 шт	11,00	78,00	6,00	5,5	0,3
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
тпк	Хлеб пшеничный	35	4,00	81,10	4,1	0,6	26,4
<b>Итого:</b>			<b>39,00</b>	<b>479,90</b>	<b>18,60</b>	<b>14,1</b>	<b>78</b>
<b>Обед</b>							
тпк	Салат из капусты и св. помидоров с маслом	70	14,00	160,5	5,03	2,63	28,73
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	25,00	137	3,90	7,1	12,9
тпк	Отбивная куринная с сыром	75	70,00	185,5	12,20	12,83	7,13
97/2008	Спагетти отварные	180	18,00	218	4,20	9	29,2
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0	15,2
тпк	Хлеб пшеничный	70	8,00	959,80	37,20	28,2	156
<b>Итого:</b>			<b>141,00</b>	<b>1722,80</b>	<b>62,83</b>	<b>59,76</b>	<b>249,2</b>

**Всего 180,00 2202,70 81,43 73,86 327,2**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



# МЕНЮ

8 ноября 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	Б	Ж	У
<b>Завтрак</b>							
ТТК	Сыр твердый	10	10,00	75,40	4,90	5,6	0
257/1994	Каша манная молочная с маслом	200/6	21,00	244,20	7,30	6,37	36,8
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60,00	0,20	0,10	15,00
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	81,07	4,13	0,55	26,41
	<b>Итого:</b>		<b>38,00</b>	460,67	16,53	12,62	78,21
<b>Обед</b>							
3/2008	Салат из св. огурцов и помидоров	90	19,00	42	0,63	3,5	2,8
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
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	138,98	5,90	0,79	37,73
	<b>Итого:</b>		<b>142,00</b>	951,38	25,33	23,49	77,03
	<b>Всего</b>		<b>180,00</b>	1412,05	41,86	36,11	155,24