

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

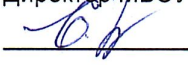
11-18 лет

27 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
Завтрак							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт/40	13,00	63	5,1	5,1	0,3
257/1994	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	250/10	31,00	316,30	7,10	12,25	46,1
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	90	8,00	143,00	7,28	0,97	46,58
Итого:		590	55,00	582,30	19,68	18,42	107,98
Обед							
13/2008	Салат из свежей капусты с морковью	100	10,00	80	1,60	5,1	6,9
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	20,00	111	3,10	4,2	15,1
ТТК 5	Поджарка куриная	75/25	76,00	217,3	18,45	11,81	9,7
257/1994	Каша гречневая вязкая	200	17,00	199,5	2,93	5,85	33,92
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	70	7,00	110,85	5,64	0,75	36,11
Итого:		930	133,00	778,65	31,92	27,81	116,73
Всего			188,00	1360,95	51,60	46,23	263,22

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"


Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82
11-18 лет
28 января 2025г


№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углевод ы
Завтрак							
ткк13	Масло сливочное (порция)	10	10,00	74,8	0,10	8,3	0,1
ткк	Сыр твердый	10	11,00	30,15	2,50	1,77	0
257/1994	Каша пшенная молочная с маслом	250/10	23,00	260,80	8,30	7,9	36,3
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	80	8,00	126,68	6,90	0,85	41,22
Итого:		560	55,00	552,43	18,00	18,92	92,62
Обед							
ткк 27	Маффин	60	12,00	236,7	3,20	11,2	31,4
46/2008	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	19,00	121	3,90	2,8	20
416/1994	Шницель мясной	100	77,00	248,68	14,92	15,32	12,54
92/2008	Картофельное пюре	180	18,00	168,78	3,71	6,47	24,3
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	70	4,00	110,85	5,64	0,75	36,11
Итого:		860	133,00	946,01	31,57	36,64	139,35
Всего			188,00	1498,44	49,57	55,56	231,97


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин 

Зав.произв. И.В. Суховерхова 



МЕНЮ

Лицей №82

29 января 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углевод ы
Завтрак							
ттк	Сыр твердый	10	11,00	32,15	1,91	1,77	0
ттк13	Масло сливочное (порция)	7	5,00	52,36	0,70	5,81	0,1
121/2008	Каша гречневая молочная с маслом	250/10	25,00	251,90	10,00	10	33,4
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ттк	Хлеб пшеничный	80	3,00	126,88	5,2	0,86	41,32
Итого:		557	47,00	523,29	18,01	18,54	89,82
Обед							
71/2008	Морковь с яблоком с сахаром с маслом	100	13,00	86,1	1,10	5,1	8,8
47/2008	Суп картофельный с горохом	250	18,00	141	6,40	4,5	15,52
401/1994	Гуляш из свинины	75/75	83,00	326,19	18,49	13,79	4,64
97/2008	Спагетти отварные	180	18,00	228,63	6,59	5,74	37,47
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ттк	Хлеб пшеничный	70	6,00	110,85	5,64	0,75	36,11
Итого:		950	141,00	952,77	38,42	29,98	117,54
Всего			188,00	1476,06	56,43	48,52	207,36

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

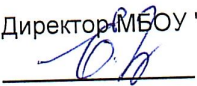
11-18 лет

30 января 2025 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
Завтрак							
ттк	Яйцо вареное	1 шт	13,00	63,00	5,10	5,1	0,3
257/1994	Каша "Геркулес" молочная с маслом	250/10	25,00	345,90	10,20	14,4	44
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ттк	Хлеб пшеничный	70	7,00	110,85	5,64	0,75	36,11
Итого:		577	48,00	579,75	21,14	20,35	95,41
Обед							
14/2008	Салат из свежих овощей	100	15,00	79,97	1,60	5,11	6,9
95/2008	Суп из овощей со сметаной	250/10	20,00	120	3	4,2	10,2
ттк	Горбуша запеченная с помидорами	100	76,00	286,29	15,55	17,16	16,31
ттк	Рис, припущенный с морковью	150	20,00	207,18	3,68	4,57	38,16
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ттк	Хлеб пшеничный	90	6,00	142,56	7,28	0,97	46,58
Итого:		830	140,00	816,03	29,71	27	126,25
Всего			188,00	1395,78	50,85	47,35	221,66

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

31 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углево ды
Завтрак							
ТТК	Масло сливочное	7	7,00	52,50	0,07	4,41	0,1
ТТК	Сыр твердый	10	11,00	30,15	1,91	1,77	0
257/1994	Каша пшеничная молочная с маслом	250/10	24,00	264,94	13,88	12,38	43,95
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	80	4,00	82,9	2,7	0,2	17,6
Итого:		557	49,00	490,49	18,76	18,86	76,65
Обед							
14/2008	Салат из свежих овощей с помидорами	100	15,00	60,13	1,20	3,84	5,19
129/1994	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	20,00	117	2,70	4,3	16,8
449/1994	Плов из курицы	300	90,00	493,22	23,23	25,06	50,71
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	6,00	62,1	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	110,85	5,64	0,75	36,11
Итого:		937	139,00	843,30	33,07	33,95	124,01
Всего			188,00	1333,79	51,83	52,81	200,66