

МЕНЮ

по столовой МБОУ СОШ №100
 на 3 октября 2024 года

неделя: первая
 день недели: четверг
 сезон: осенний
 возрастная категория: 1-4 классы

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход, г	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г
Завтрак (75,00р)							
81/2008	Фрикадельки Петушок	90	47,40р.	161,0	12,3	9,1	8,1
587/2004	Соус томатный	50	4,80р.	33,0	0,5	2,1	3,2
516/2004	Макаронные изделия отварные	150	9,50р.	177,9	4,9	4,3	29,9
ТТК№2023/10/18	Напиток Витаминка	200	10,90р.	92,4	0,1	0,1	23,9
	Хлеб пшеничный	30	2,40р.	63,3	2,1	0,2	12,8
	Итого		75,00р.	527,5	20,0	15,8	77,9
Обед (112,50)							
17/2008	Салат из квашенной капусты	60	9,50р.	48,0	0,9	2,7	5,4
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	15,50р.	133,9	2,3	5,5	27,2
437/2004	Гуляш из говядины	100	70,40р.	210,5	14,4	15,6	3,4
302/2004	Каша вязкая гарнирная (пшениная)	150	9,40р.	184,9	3,8	5,7	28,5
68/2004	Чай с сахаром	200	2,90р.	53,1	3,0	0,0	13,8
	Хлеб славянский	30	2,40р.	57,0	2,1	0,3	11,2
	Хлеб пшеничный	30	2,40р.	63,3	2,1	0,2	12,8
	Итого		112,50р.	750,7	28,6	30,1	102,2
Комплексе (ОВЗ 133,44) 1 смена 1-4 классы							
Завтрак							
510/2004	Каша овсяная молочная	150	9,34р.	312,0	6,2	11,5	46,0
ТТК№2023/10/18	Напиток Витаминка	200	10,90р.	92,4	0,1	0,1	23,9
	Хлеб пшеничный	30	2,40р.	63,3	2,1	0,2	12,8
Обед							
17/2008	Салат из квашенной капусты	60	9,50р.	48,0	0,9	2,7	5,4
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	15,50р.	133,9	2,3	5,5	27,2
437/2004	Гуляш из говядины	100	70,40р.	210,5	14,4	15,6	3,4
302/2004	Каша вязкая гарнирная (пшениная)	150	9,40р.	184,9	3,8	5,7	28,5
68/2004	Чай с сахаром	200	2,90р.	53,1	3,0	0,0	13,8
	Хлеб пшеничный	30	3,10р.	63,3	2,1	0,2	12,8
	Итого		133,44р.	1161,4	35,0	41,6	173,8
Комплексе (ОВЗ 133,44) 2 смена 1-4 классы							
Обед							
17/2008	Салат из квашенной капусты	30	4,80р.	48,0	0,9	2,7	5,4
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	15,50р.	133,9	2,3	5,5	27,2
437/2004	Гуляш из говядины	100	70,40р.	210,5	14,4	15,6	3,4
302/2004	Каша вязкая гарнирная (пшениная)	150	9,40р.	184,9	3,8	5,7	28,5
68/2004	Чай с сахаром	200	2,90р.	53,1	3,0	0,0	13,8
	Хлеб пшеничный	30	3,44р.	63,3	2,1	0,2	12,8
Полдник							
	Напиток Вкусника 0,2	200	21,00р.	84,0	0,0	0,0	21,0
ТТК№25	Сдоба обыкновенная	50	6,00р.	224,7	4,9	3,9	43,6
	Итого		133,44р.	1002,4	31,4	33,7	155,6

Заведующий производством

О.А.Кучуганова

Калькулятор

Р.И.Муллахметова

Согласовано

Директор МБОУ СОШ №100 Помыткин Б.В.

Утверждаю

ИП Дунаева Елена Евгеньевна

МЕНЮ

по столовой МБОУ СОШ №100

на 3 октября 2024 года

неделя: первая

день недели: четверг

сезон: осенний

возрастная категория: 5-11 классы

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход, г	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г
Комплекс для многодетных, малообеспеченных, тжс (75,00р)							
437/2004	Гуляш из говядины	90	60,30р.	210,5	14,4	15,6	3,4
302/2004	Каша вязкая гарнирная (пшенная)	180	9,40р.	184,9	3,8	5,7	28,5
685/2004	Чай с сахаром	200	2,90р.	53,1	3,0	0,0	13,8
	Хлеб пшеничный	30	2,40р.	63,3	2,1	0,2	12,8
	Итого		75,00р.	511,76	23,32	21,53	58,50
Комплекс (ОВЗ 146,00) 1 смена 5-11 классы							
Завтрак							
510/2004	Каша овсяная молочная с маслом	180	21,10р.	312,00	6,20	11,50	45,98
ТТК№2023/10/18	Напиток Витаминка	200	10,90р.	92,4	0,1	0,1	23,9
	Хлеб пшеничный	30	2,40р.	63,27	2,14	0,24	12,80
Обед							
17/2008	Салат из квашенной капусты	60	9,50р.	48,0	0,9	2,7	5,4
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	15,50р.	133,9	2,3	5,5	27,2
437/2004	Гуляш из говядины	100	70,40р.	210,5	14,4	15,6	3,4
302/2004	Каша вязкая гарнирная (пшенная)	180	9,40р.	184,9	3,8	5,7	28,5
685/2004	Чай с сахаром	200	2,90р.	53,1	3,0	0,0	13,8
	Хлеб пшеничный	30	2,00р.	63,27	2,14	0,24	12,80
	Хлеб славянский	30	1,90р.	57,0	2,1	0,3	11,2
	Итого		146,00р.	1218,36	37,04	41,89	184,93
Комплекс (ОВЗ 146,00) 2 смена 5-11 классы							
Обед							
17/2008	Салат из квашенной капусты	50	7,80р.	48,0	0,9	2,7	5,4
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	15,50р.	133,9	2,3	5,5	27,2
437/2004	Гуляш из говядины	100	70,40р.	210,5	14,4	15,6	3,4
302/2004	Каша вязкая гарнирная (пшенная)	180	9,40р.	184,9	3,8	5,7	28,5
	Хлеб славянский	30	2,10р.	57,0	2,1	0,3	11,2
Полдник							
	Напиток Вкусника 0,2	200	21,00р.	84,0	0,00	0,0	21,00
738/2004	Пирожки печеные с мясом, капустой	60	19,80р.	158,35	6,28	5,96	20,13
	Итого		146,00р.	876,63	29,73	35,76	116,80

Заведующий производством

О.А.Кучуганова

Калькулятор

Р.И.Муллахметова

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №100 Помыткин Б.В.



Утверждаю
ИП Дунаева Елена Евгеньевна



МЕНЮ
по столовой МБОУ СОШ №100
на 3 октября 2024 года

неделя: первая
день недели: четверг
сезон: осенний
возрастная категория: 5-11 классы

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход, г	Цена	ЭЦ, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г
	Завтрак						
81/2008	Фрикадельки Петушок	90	47,40р.	161,0	12,3	9,1	8,1
587/2004	Соус томатный	50	4,80р.	33,0	0,5	2,1	3,2
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	11,40р.	213,4	5,9	5,2	35,9
ТТК№2023/10/18	Напиток Витаминка	200	10,90р.	92,4	0,1	0,1	23,9
	Хлеб пшеничный	30	2,40р.	63,3	2,1	0,2	12,8
	Итого		76,90р.	563,1	21,0	16,6	84,0
	Обед						
17/2008	Салат из квашенной капусты	100	15,40р.	48,0	0,9	2,7	5,4
132/2004	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	15,50р.	133,9	2,3	5,5	27,2
437/2004	Гуляш из говядины	100	70,40р.	210,5	14,4	15,6	3,4
302/2008	Каша вязкая гарнирная (пшенная)	180	9,40р.	184,9	3,8	5,7	28,5
685/2004	Чай с сахаром	200	2,90р.	53,1	3,0	0,0	13,8
	Хлеб славянский	30	2,40р.	57,0	2,1	0,3	11,2
	Хлеб пшеничный	30	2,40р.	63,3	2,1	0,2	12,8
	Итого		118,40р.	750,7	28,6	30,1	102,2

Заведующий производством
Калькулятор

О.А.Кучуганова
Р.И.Муллахметова