



Меню на 06.10.2023 Школа № 101

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Холодные блюда						
№6/2004г. Б-д с колб." Сервелат Финский"	20/25	18.53	139.5	4.77	7.43	13.34
95,612 /04г. Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/	50/50	29.61	173	5.8	8.3	14.83
№ 24 сб.2017г. Салат из свежих помидоров и огурцов зел.	100/1	15.53	85	0.9	7.1	3.9
Сб,2004г, №76 Икра баклажанная/зел./	100/1	24.95	90	18	5.2	8.3
№250 сборник 20 /смет./зел./	100/10/1	34.86	110	1.3	7.7	8.5
78/04Л. Икра свекольная /зелень/	100/1	17.00	13.93	2.4	7.6	13
№45 2017г Салат свежей капусты с зел.	100/1	13.02	60.4	1.31	3.25	6.47
табл.24/94 Яблоко	100	13.20	47	10.4	0.4	19.8
таб. 24 сб. Виноград свеж.	100	28.70	72	0.6	0.6	15.4
629/04 Л. Лимон с сахаром	30/10	12.18	67.6	8.26	0.04	15.48
674/ 04Л. Яблоки печеные	75	14.70	120.7	0.22	0.15	30.1
Первые блюда						
№99/ 2017 Суп из овощей	250	14.59	95.25	1.59	4.99	9.15
Вторые блюда						
Акт отрабо №392 сб 17г.М. Люля из птицы /филе/ Пельмени отв. со сметаной	100/20/5 200/20	72.35 87.80	248 352	15 19.6	14.2 13	14.4 37.2
496/04 Л. Котлета из филе птицы паниров. жарен.	90	67.38	327	20.7	22.4	10
484 сб. Перец фарш. мясом	97/38	82.02	162	10.7	9.5	8.7
2004 г соус 293/2017 Птица жареная/ бедро/	100	68.75	184	24.18	17.09	0.04
377/04 Л. Рыба жареная горбуша /филе/	100	72.76	160	9.3	6.8	14.2
379/94г. Эскалоп/свин./	85	122.36	343.15	17.1	52.6	
№254 сб 2004 Тыква с яблоками жареная	105	28.04	108			
Диетические						
№239,331/ 17 г. Тефтели рыбные/ минтай/	100/50	41.45	210	11.35	11.06	16.13
290/330/17 Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	57.59	150	11.78	10.12	2.93
366/04г. Запеканка творожная со сметаной	100/20	86.38	239	15	13.3	13.7
стр.247/20 04 Каша манная молоч. с/с,с/м	200/10/10	33.45	237	6.94	12.18	37.9
Гарниры						
304/17 М. Рис отварной	150	18.70	209.7	3.65	5.37	36.68
302/17 М. Каша пшеничная	150	13.50	229.5	6.6	5.7	37.8
522/04 Картофель жареный	150	27.58	306	4.35	15.75	30.3
Мучные изделия						
№339 сб.17г.М. Блинчики с фруктовым фаршем со сгущен.	110/20	45.26	384	4.4	8.47	64.2
№413/2017 Пицца школьная	100	47.87	299	9.89	16.25	28.3
747/2004 Л Сосиска запеч. в тесте	55/50	41.50	228	9.6	13.84	26.9
418 сб2017 Слойка с конфитюром	100	22.39	333.3	3.17	11.79	50.72
ТТК № 3 Булочка с сыром	60	15.92	218	5.48	6.52	34.4
774/2004 Булочка сдобная с помадой /шок. сах./	100	20.90	340	7.3	8.8	57.9
685 Пирожок печеный с картофелем	60	9.35	153	3.91	4.7	23.75
,723,687 /9 ту9115-001 Хлебный батон	50	4.31	116.9	4.5	1.15	23.5

77-гки	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
Экстр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	10.79	142	0.4		33.8
Таб. 24 сб 1994 г	Сок/ нектар 0.2 в ассортименте	1 шт	31.25	40			12
Гост 28188-201	Вода питьевая 0,5 без/газа	1шт.	36.25				
Гост 28188-201 4	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0,33 л в ассорт.	1 шт	48.08	45			11
Гост 28188-201 4	Напиток б/а ТМ"Magic fruit" (Мейджик фрукт) 0,43 в ассорт*	1 шт	48.56	30			7.6
	Пюре ФрутоНяня 90гр в ассорт.1/12*	90гр	39.05	199.7	0.2	0.1	11.5
	Пюре ФрутоНяня Малышам с трубочкой, 125 гр*	125гр	20.63	45			11.25
375/376/17	Чай с сахаром	200/15	3.68	60	0.07	0.02	15
375,377 сб.	Чай с лимоном	200/15/7	6.24	62	0.13	0.02	15.2
	Чай Черный пакет б/с 2гр*	200	12.00	60	0.07	0.02	15
	Чай Зеленый пакет б/с 2гр*	200	12.00	60	0.07	0.02	15
	Чай Фруктовый пакет б/с 2 гр*	200	12.00	60	0.07	0.02	15
	Сахар	15г.	2.28	60			15
Комплекс 1 Завтрак							
№239,331/17 г.	Тефтели рыбные/ минтай/	100/50	41.45	210	11.35	11.06	16.13
304/17 М. табл.24/94г	Рис отварной	150	18.70	209.7	3.65	5.37	36.68
ТУ 9115-00	Огурец свеж.	60	9.83	6.6	0.42	0.06	0.42
375/376/17	Хлебный батон	37	3.16	81.83	3.15	0.805	16.45
	Чай с сахаром	180/13	3.31	54	0.05	0.015	13.5
	Итого комплекс 1:	590	76.45	562.13			
Комплекс 2 Завтрак							
№239,331/17 г.	Тефтели рыбные/ минтай/	100/50	41.45	210	11.35	11.06	16.13
№304/17 М	Рис отварной	180	22.40	251.6	4.38	6.44	44.02
№77/2004	Икра кабачковая (св)	60	15.22	71.4	1.14	5.36	4.6
ТУ 9115-00	Хлебный батон	56	4.82	128.59	4.95	1.27	25.85
375,377 сб.	Чай с лимоном	200/15/7	6.24	62	0.13	0.02	15.2
	Итого комплекс 2:	668	90.13	723.59			
Комплекс 3 Обед							
№99/ 2017	Суп из овощей	200	11.67	76.2	1.27	3.99	7.32
290/330/17	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	49.75	150	11.78	10.12	2.93
302/17 М. т.24/1994	Каша пшенная	150	13.50	229.5	6.6	5.7	37.8
ту9115-001	Помидор св.	60	7.65	47	0.66	0.12	0.84
Гост 2077-	Хлебный батон	42	3.61	93.52	3.6	0.92	18.8
Акт контр. проработк	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
№769/2004	Кисель из ягод заморожен.	200	10.79	142	0.4		33.8
	Булка домашняя	50	8.11	197	3.75	6.6	30.5
	Итого комплекс 3:	827	107.03	992.72			
Комплекс 4 Обед							
№99/ 2017	Суп из овощей	250	14.59	95.25	1.59	4.99	9.15
290/330/17	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	49.75	150	11.78	10.12	2.93
302/17 М. Таб. 24 сб.	Каша пшенная	180	16.21	329.4	7.7	12.42	44.6
ТУ9115-00	Помидор свеж.	20	2.55	4.8	0.22	4	0.28
Гост 2077-	Хлебный батон	25	2.16	58.45	2.25	0.575	11.75
375/376/17	Хлеб Бородинский	20	1.56	46	1.12	0.22	9.9
	Чай с сахаром	180/13	3.31	54	0.05	0.015	13.5
	Итого комплекс 4:	788	90.13	737.9			
Комплекс 5 Завтрак							
№239,331/17 г.	Тефтели рыбные/ минтай/	100/50	41.45	210	11.35	11.06	16.13
304/17 М. табл.24/94г	Рис отварной	150	18.70	209.7	3.65	5.37	36.68
ТУ 9115-00	Огурец свеж.	60	9.83	6.6	0.42	0.06	0.42
375/376/17	Хлебный батон	37	3.16	81.83	3.15	0.805	16.45
	Чай с сахаром	180/13	3.31	54	0.05	0.015	13.5
	Итого комплекс 5:	590	76.45	562.13			

6 Обед

317	Суп из овощей	200	11.67	76.2	1.27	3.99	7.32
40/17	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	49.74	150	11.78	10.12	2.93
302/17 М.	Каша пшенная	150	13.50	229.5	6.6	5.7	37.8
т.24/1994	Помидор св.	60	7.65	47	0.66	0.12	0.84
ту9115-001	Хлебный батон	42	3.62	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
Акт контр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	10.79	142	0.4		33.8
№769/2004	Булка домашняя	50	8.11	197	3.75	6.6	30.5
Итого комплекс 6:		827	107.03	992.72			

Комплекс 7 Завтрак

№239,331/17 г.	Тефтели рыбные/ минтай/	100/50	41.45	210	11.35	11.06	16.13
№304/17 М	Рис отварной	180	22.40	251.6	4.38	6.44	44.02
№77/2004	Икра кабачковая (св)	60	15.22	71.4	1.14	5.36	4.6
ТУ 9115-00	Хлебный батон	56	4.82	128.59	4.95	1.27	25.85
375,377 сб.	Чай с лимоном	200/15/7	6.24	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 7:		668	90.13	723.59			

Комплекс 8 Обед

№99/ 2017	Суп из овощей	250	14.59	95.25	1.59	4.99	9.15
290/330/17	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	49.74	150	11.78	10.12	2.93
302/17 М.	Каша пшенная	150	13.50	229.5	6.6	5.7	37.8
т.24/1994	Помидор св.	60	7.65	47	0.66	0.12	0.84
ту9115-001	Хлебный батон	42	3.62	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
Акт контр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	10.79	142	0.4		33.8
таб.24/94 г	Яблоко	130	17.16	61.1	0.52	0.52	12.74
767/2004г.	Булка ванильная	50	7.18	171.5	3.95	4.25	29.05
Итого комплекс 8:		1007	126.18	1047.37			

Комплекс 9 Обед


№99/ 2017	Суп из овощей	200	11.67	76.2	1.27	3.99	7.32
290/330/17	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	49.74	150	11.78	10.12	2.93
302/17 М.	Каша пшенная	150	13.50	229.5	6.6	5.7	37.8
т.24/1994	Помидор св.	60	7.65	47	0.66	0.12	0.84
ту9115-001	Хлебный батон	42	3.62	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
Акт контр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	10.79	142	0.4		33.8
№769/2004	Булка домашняя	50	8.11	197	3.75	6.6	30.5
Итого комплекс 9:		827	107.03	992.72			

Комплекс 10 Завтрак

№239,331/17 г.	Тефтели рыбные/ минтай/	100/50	41.45	210	11.35	11.06	16.13
304/17 М.	Рис отварной	150	18.70	209.7	3.65	5.37	36.68
табл.24/94г	Огурец свеж.	60	9.83	6.6	0.42	0.06	0.42
ТУ 9115-00	Хлебный батон	37	3.16	81.83	3.15	0.805	16.45
375/376/17	Чай с сахаром	180/13	3.31	54	0.05	0.015	13.5
Итого комплекс 10:		590	76.45	562.13			

Директор/Технолог

 Калькулятор

 Зав производством