

Меню на 16.11.2023
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	30.89	173	5.8	8.3	14.83
67/17 М. Винегрет овощной с зелен.	100/1	18.01	124	1.4	10.1	6.8
47/17 М Салат из кв.капусты с зелен.	100/1	22.65	84	1.3	5	8
57/04 Л. Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./	100	18.84	98	3.2	7.8	3.2
78/04Л. Икра свекольная /зелень/	100/1	17.00	13.93	2.4	7.6	13
66/17 М. Салат из моркови с изюмом	100	18.97	109	1.7	3.1	18.8
№17/04 Л. Салат из соленых огурцов с луком	100	24.69	104	0.12	12.9	2.4
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
674/ 04Л. Яблоки печеные	75	14.70	120.7	0.22	0.15	30.1
629/04 Л. Лимон с сахаром	30/10	12.18	67.6	8.26	0.04	15.48
Первые блюда						
82/2017.М Борщ с капустой и картофелем	250	13.68	106	2	5.2	13.1
Вторые блюда						
259/2017г. Жаркое домашнему/свин./	40/160	65.46	437.7	14.04	33.7	18.94
Акт отрабо №377 сб.04Л. Рыба жареная / минтай филе/	100/20/5 100	72.35 47.16	248 160	15 19.6	14.2 6.8	14.4 4.2
Акт отработки рецептуры нат.школьная с сыром из птицы/томат/	110	122.37	103.78	24.2	23.8	14
№392 сб 17г.М. Пельмени отв. со сметаной	200/20	87.80	352	19.6	13	37.2
293/2017 Птица жареная/ бедро/	100	68.75	184	24.18	17.09	0.04
сб. 1994 г 381 Котлета отбивная свин./косточ/	77/20	96.69	492.8	14.5	43.6	10.24
Диетические						
Сб. 2004 478 Запеканка картоф. с мясом /филе/	122/3	56.38	435	16.64	20.89	19.8
№ 54-3 м-2020 Голубцы Ленивые/ гов./соус см. том.	100/50	68.79	128.4	8.4	7.6	6.4
№223 сб 2004 Тыква, припущенная с яблоками и изюмом	125/5	44.32	87	1.2	5.9	7
129 сб 17 М. Капуста отварная с маслом/ цветная/	100/5/1	42.20	44	1.42	3.36	2.11
241/сб.201 7 г Мясо говядина отварное	50	103.91	88.5	15.65	2.95	
№173 сб.2017 Каша мол. из овсян. хл. геркулес с сах.	250/10	24.44	303	8.31	13.12	37.63
№358 сб 2004 Сырники из тв. сах. смет.	100/10/20	86.78	251	15.2	12.4	18.9
Гарниры						
310/2017 г. Картофель отварной	150	24.65	166.5	3	6.15	24.3
№302/17 Каша гречневая	150	18.03	243.8	8.59	6.12	38.64
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
№850 сб.1997г. Хачапури имеретинские	75	52.02	346	13.9	28.17	36.78
418 сб2017 Слойка с повидлом	100	20.29	333.3	3.17	11.79	50.72
№408.471/ 17 М. Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем	75	32.42	88	2.42	1.08	17.11
Акт конт. пр. 05.10.23 г. Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/	110	36.72	357	7.59	10.27	58.62
Акт конт. пр. 05.10.2 Слойка с маковой начинкой	120	29.76	333.3	3.17	11.79	50.72

	Слойка с марципаном/ помадка шоколад. /	100	34.24	426	7.9	10.2	58.6
Ю4	Булочка сдобная с помадой /ванильной/ №738.758/2004	100	21.06	340	7.3	8.8	57.9
№3	Булочка с сыром	60	15.92	218	5.48	6.52	34.4
766/2004	Сдоба обыкновенная	100	16.00	262	7.76	4.72	47.1
№738.758/2004	Пирожок печен.с капустой	60	13.32	132	3.9	3.26	20.76
№741 сб 2004	Ватрушка с конфитуром	75	16.76	253	4.97	9.2	39.6
№685, №68 7, №734 сб.	Пирожок печеный с творогом	60	21.50	124.8	7.38	4.38	23.34
№794 сб. 2	Кекс " Творожный "	75	39.39	300.75	6.15	13.8	38.65
№806/2004	Корж молочный	75	13.76	286	4.89	8.43	47.68
№572 /1973	Сочни из песочного теста	55	21.35	201	9.7	21.34	20.9
Гост 2077- ту9115-001	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
	Хлебный батон	50	4.31	116.9	4.5	1.15	23.5

Напитки

№692 сб 2004г	Кофейный напиток со св. молоко.	200	16.20	119.85	3.9	3	20.27
20/9/22 акт к/пр.	Компот из ягод заморожен.	200	10.83	103.14	0.144	0.06	25.09
Гост 28188-201	Вода питьевая 0,5 без/газа	1шт.	36.25				
Таб. 24 сб 1994 г	Сок/ нектар 0.2 в ассортименте	1 шт	31.25	40			12
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
	Молочный Коктейль 0,2 ФрутоНяня в ассор.	1 шт	32.45	65.7	2.7	2.1	9
	Напиток негаз. "Холодный Чай "Т.З. Fructomania 0,5л в ассортименте	1шт.	23.70	1			0.2
	Напиток не газ. "СЕНЕЖСКАЯ+малина "Сенежская+лимон-мят а 0,44	1 шт	33.68	15			4.5
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

Сладкие кондитерские изделия

	Батончик ваф. Джумка с мяг. карамелью и возд. кукурузой 37 гр 1/60	37 гр	26.48	860	2.6	11.2	23.6
	"Вафельное драже. покрытое мол.шоколадом." Yota 40 гр 1/192	40гр	32.21	212	2.2	12.8	22.4
	Драже Yota хруст. шарик малина/белая глазурь 40гр 1/192	40гр	42.94	188	2.2	8.8	25.2
	Мармелад жев. Baby Fox в асс. 30гр 1/90	30 гр.	14.31	93	1.65	0.06	21.3
	Мармелад жев." HIPPO BODI&FRIENDS" в асс. 30г 1/90	30 гр.	14.31	93	1.65	0.06	21.3

Комплекс 1 Завтрак

14 сб.2017	Масло слив.	10	14.08	66	0.08	7.25	0.13
15/2017 М	Сыр п/твердый	20	28.56	72	4.64	5.9	
№173 сб.2017	Каша мол. из овсян. хл. геркулес с сах.	250/10	24.44	303	8.31	13.12	37.63
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.50	93.52	3.6	0.92	18.8
375/377/17	Чай с лимоном	180/13/7	5.87	55.8	0.11	0.018	13.6
	Итого комплекс 1:	531	76.45	590.32			

Комплекс 2 Завтрак

97/2004	Сыр п/ твердый	18	25.84	64.8	4.176	5.31	
№173 сб.2017	Каша мол. из овсян. хл. геркулес с сах.	250/10	24.44	303	8.31	13.12	37.63
ту 9115-00	Хлебный батон	45	3.85	105.21	4.05	1.035	21.15
№692 сб 2004г	Кофейный напиток со св. молоко.	200	16.20	119.85	3.9	3	20.27
табл. 24 /94	Яблоко	150	19.80	70.5	0.6	0.6	14.7
	Итого комплекс 2:	673	90.13	663.36			

с 3 Обед

7М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.03	83	1.44	3.94	8.75
2017г.	Жаркое домашнему/свин./	40/160	65.46	437.7	14.04	33.7	18.94
таб 24	Помидор соленый	60	14.39	32.5	1.5	1.5	3
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.37	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
20/9/22 акт к/пр.	Компот из ягод заморожен.	200	10.83	103.14	0.144	0.06	25.09
Итого комплекс 3:		724	107.03	807.36			

Комплекс 4 Обед

82/2017.М	Борщ с капустой и картофелем	250	13.68	106	2	5.2	13.1
Сб. 2004 478	Запеканка картоф. с мясом /филе/	122/3	56.38	435	16.64	20.89	19.8
СТР 564 С	Помидор соленый	50	11.99	27.08	1.25	1.25	2.5
ТУ9115-00	Хлебный батон	33	2.82	70.1	2.7	0.69	14.1
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
375/376/17	Чай с сахаром	180/13	3.31	54	0.05	0.015	13.5
Итого комплекс 4:		676	90.13	749.68			

Комплекс 5 Завтрак

14 сб.2017	Масло слив.	10	14.08	66	0.08	7.25	0.13
15/2017 М	Сыр п/твердый	20	28.56	72	4.64	5.9	
№173	Каша мол. из овсян.	250/10	24.44	303	8.31	13.12	37.63
сб.2017	хл. геркулес с сах.						
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.50	93.52	3.6	0.92	18.8
375/377/17	Чай с лимоном	180/13/7	5.87	55.8	0.11	0.018	13.6
Итого комплекс 5:		531	76.45	590.32			

Комплекс 6 Обед

82/2017М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.03	83	1.44	3.94	8.75
259/2017г.	Жаркое домашнему/свин./	40/160	65.46	437.7	14.04	33.7	18.94
таб 24	Помидор соленый	60	14.39	32.5	1.5	1.5	3
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.37	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
20/9/22 акт к/пр.	Компот из ягод заморожен.	200	10.83	103.14	0.144	0.06	25.09
Итого комплекс 6:		724	107.03	807.36			

Комплекс 7 Завтрак

97/2004	Сыр п/ твердый	18	25.84	64.8	4.176	5.31	
№173	Каша мол. из овсян.	250/10	24.44	303	8.31	13.12	37.63
сб.2017	хл. геркулес с сах.						
ту 9115-00	Хлебный батон	45	3.85	105.21	4.05	1.035	21.15
№692 сб	Кофейный напиток со св. молок.	200	16.20	119.85	3.9	3	20.27
2004г	Яблоко	150	19.80	70.5	0.6	0.6	14.7
табл.24 /94		673	90.13	663.36			
Итого комплекс 7:		673	90.13	663.36			

Комплекс 8 Обед

82/2017.М	Борщ с капустой и картофелем	250	13.68	106	2	5.2	13.1
259/2017г.	Жаркое домашнему/свин./	40/160	65.46	437.7	14.04	33.7	18.94
таб 24	Помидор соленый	60	14.39	32.5	1.5	1.5	3
ТУ9115-00	Хлебный батон	29	2.47	70.1	2.7	0.69	14.1
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
Акт кон	Компот из ягод заморожен.	180	9.75	104.9	0.28	0.07	28.38
20.09./22	Яблоко	140	18.48	65.8	0.56	0.56	13.7
табл.24/94		884	126.18	874.5			
Итого комплекс 8:		884	126.18	874.5			

Комплекс 9 Обед

82/2017М	Борщ с капустой и картофелем	200	11.03	83	1.44	3.94	8.75
259/2017г.	Жаркое домашнему/свин./	40/160	65.46	437.7	14.04	33.7	18.94
таб 24	Помидор соленый	60	14.39	32.5	1.5	1.5	3
ту9115-001	Хлебный батон	39	3.37	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	1.95	57.5	1.4	0.27	12.35
20/9/22 акт к/пр.	Компот из ягод заморожен.	200	10.83	103.14	0.144	0.06	25.09
Итого комплекс 9:		724	107.03	807.36			

Комплекс 10 Завтрак

14 сб.2017	Масло слив.	10	14.08	66	0.08	7.25	0.13
15/2017 М	Сыр п/твердый	20	28.56	72	4.64	5.9	
№173	Каша мол. из овсян.	250/10	24.44	303	8.31	13.12	37.63
сб.2017	хл. геркулес с сах.						
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.50	93.52	3.6	0.92	18.8
375/377/17	Чай с лимоном	180/13/7	5.87	55.8	0.11	0.018	13.6
Итого комплекс 10:		531	76.45	590.32			