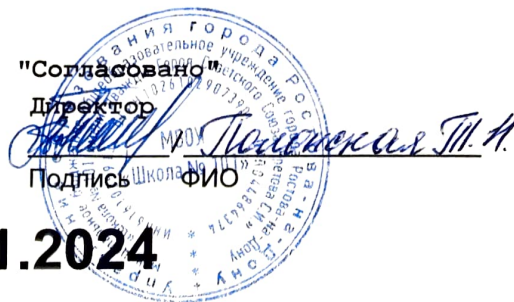


"Согласовано"

Директор

Подпись Школа ФГО



## Меню на 30.01.2024

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
--------------------	-------------	--------------	------------	-------	------	--------------

### Холодные блюда

№6/2004г. Б-д с колб." Сервелат Финский"	20/25	18,67	139.5	4.77	7.43	13.34
5/294 М Бутерброд с котлетой из птицы	190	65,10	362	19.44	11.72	44.46
95,612 /04г. Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/	50/50	32,67	173	5.8	8.3	14.83
67/17 М. Винегрет овощной с зелен.	100/1	19,05	124	1.4	10.1	6.8
47/17 М Салат из кв.капусты с зелен.	100/1	24,04	84	1.3	5	8
78/04Л. Икра свекольная /зелень/	100/1	16,92	13.93	2.4	7.6	13
57/04 Л. Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./	100	18,87	98	3.2	7.8	3.2
66/17 М. Салат из моркови с изюмом	100	22,74	109	1.7	3.1	18.8
№17/04 Л. Салат из соленых огурцов с луком	100	25,96	104	0.12	12.9	2.4
338 М Яблоко	100	13,20	47	0.4	0.4	9.8
таб.24/94 Мандарины	100	22,80	38	0.8	0.2	7.5
Таб.24/94 Апельсины	100	24,00	43	0.9	0.2	8.1
674/ 04Л. Яблоки печеные	75	14,70	120.7	0.22	0.15	30.1
629/04 Л. Лимон с сахаром	30/10	14,84	67.6	8.26	0.04	15.48

### Первые блюда

98 М Суп крестьянский с пшеном	250	10,97	76.25	1.49	4.91	6.09
--------------------------------	-----	-------	-------	------	------	------

### Вторые блюда

288 М Птица отварная /тушка/	100	52,70	328	23.44	25.82	0.5
377/04 Л. Рыба жареная горбуша /филе/	100	66,39	160	9.3	6.8	14.2
№377 Рыба жареная / сб.04Л. минтай филе/	100	49,63	160	19.6	6.8	4.2
Акт Отбивная	110	120,14	103.78	24.2	23.8	14
отработки нат.школьная с рецептур сыром из						
Акт Люля из птицы	100/20/5	70,48	248	15	14.2	14.4
отработки /окорочка б/к/						
293 М Птица жареная/ бедро/	100	68,65	184	24.18	17.09	0.04

№392 сб	Пельмени отв. со сметаной	200/20	93,75	352	19.6	13	37.2
17г.М.							
сб. 1994 г	Котлета отбивная	77/20	101,81	492.8	14.5	43.6	10.24
381	свин./косточ/						

### Диетические

291/М	Плов из птицы / окор. б/к/	50/150	61,68	298.6	18	8.94	36.45
№ 54-3 м-2020	Голубцы Ленивые/ гов./соус см. том.	100/50	70,75	128.4	8.4	7.6	6.4
241/сб.20	Мясо говядина	50	115,46	88.5	15.65	2.95	
17 г	отварное						
54-2г-Н,	Запеканка из творога	130/40	67,68	418.6	12.68	11.13	66.7
327М	с морков.с соус. мол.						
173/2017	Каша мол.гречневая с/м. с/с.	200/10/10	39,08	224	8.8	4.8	34.8

### Гарниры

202/309 М	Макароны отварные	150	18,07	201.45	5.56	8.1	26.45
312 М	Картофельное пюре	150	28,29	137.25	3.06	4.8	20.43

### Мучные изделия

№398 сб.17г.М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом	110/5	46,40	384	4.4	8.47	64.2
№413/2017	Пицца школьная	100	48,17	299	9.89	16.25	28.3
747/2004 Л	Сосиска запеч. в тесте	55/50	42,32	228	9.6	13.84	26.9
№850 сб.1997г.	Хачапури имеретинские	75	53,42	346	13.9	28.17	36.78
418 сб2017	Слойка с повидлом	100	22,18	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр.	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/	110	38,61	357	7.59	10.27	58.62
05.10.23 г. Акт конт. пр.	Слойка с маковой начинкой	120	31,66	333.3	3.17	11.79	50.72
566/1973	Слойка с марципаном/ Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем	100	38,79	426	7.9	10.2	58.6
№408.471 /17 М. ТТК № 3	Булочка с сыром	60	16,92	218	5.48	6.52	34.4
774/2004	Булочка сдобная с помадой /ванильной/	100	24,39	340	7.3	8.8	57.9
766/2004	Сдоба обыкновенная	100	16,73	262	7.76	4.72	47.1
	Пирожок печен.с капустой	60	14,50	132	3.9	3.26	20.76
№738.758 №687/	Пирожок печеный с мясом	60	46,06	172	8.43	6.22	20.35
685/фарш № 685/98г	Пирожок печеный с курагой	60	17,52	160	6.6	12	52
5 ч №646 №405,470	Пирожок печ. сд. с яблоками	100	19,65	92	1.82	2.04	16.62
.406 №741 сб	Ватрушка с конфитюром	75	17,75	253	4.97	9.2	39.6
2004 №685,№6	Пирожок печеный с творогом	60	22,90	124.8	7.38	4.38	23.34
87,№734 741/764/04	Ватрушка с творогом	75	26,02	202	9.22	5.48	29.18
№793/2004	Кекс столичный	75	49,60	323	4.57	13.84	43.06
№806/2004	Корж молочный	75	14,66	286	4.89	8.43	47.68

№572	Сочни из песочного теста	55	22,99	201	9.7	21.34	20.9
№573	Бисквитный пирог с повидлом	100	43,81	285	4.57	13.84	43.06
ту9115-001	Хлебный батон	50	4,58	116.9	4.5	1.15	23.5
Гост 58161-	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28

### Напитки

349 М.	Компот из сухофрукты	200	8,67	132.8	0.6	0.09	32
375/376 М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
375,377/ М	Чай с лимоном	200/15/7	6,88	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

"Вафельное драже. покрытое мол.шок.глаз." 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
Драже Yota хруст.шарик взрывная карамель	50гр	54,88	188	2.2	8.8	25.2
Батончик ваф.Джумка с мяг. карамелью и возд. кувинзой 37 гр 1/60	37 гр	26,48	860	2.6	11.2	23.6
Мармелад жев. Baby Fox в асс. 30гр 1/90	30 гр.	14,31	93	1.65	0.06	21.3
Мармелад жев." HIPPO	30 гр.	14,31	93	1.65	0.06	21.3
BODI&FRIENDS" в Мармелад жев. Krut Frut в ассрт. 30гр	30 гр.	14,31	93	1.65	0.06	21.3

### Напитки и соки

Гост 28188-707/ 2004	Вода питьевая 0,5 без/газа	1шт.	36,25			
	Сок фруктовый "Мой" 0,200	1 шт.	31,25	88		
Гост 28188-2014	Напиток б/а ТМ"Magic fruit" (Мейджик фрвт) 0.43	1 шт	48,56	30		7.6
Гост 28188-2014	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0.33 л в ассорт.	1 шт	48,08	45		11
	Напиток негаз. "Холодный Чай "Т.3. Fruktomania 0,5л в ассортименте	1шт.	40,00	1		0.2

Напиток не газ.	1 шт	43,75	15				4.5
"СЕНЕЖСКАЯ+мали на "Сенежская+пимон- Молочный Коктейль	1 шт	32,45	65.7	2.7	2.1		9
0,2 ФрутоНяня в Пюре ФрутоНяня	90гр	39,05	199.7	0.2	0.1		11.5
90гр в ассорт.1/12* Пюре ФрутоНяня	125гр	20,63	45				11.25
Малышам с трубочкой. 125 гр*							

### Комплекс 1 Завтрак

54-2т-Н, Запеканка из творога	130/40	56,83	418.6	12.68	11.13		66.7
327М с морков.с соус. мол.							
ТУ9115-00 Хлебный батон	30	2,74	70.1	2.7	0.69		14.1
375/376 М Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02		15
338 М Яблоко	100	13,20	47	0.4	0.4		9.8
<b>Итого комплекс 1:</b>	<b>515</b>	<b>76,45</b>	<b>595.7</b>				

### Комплекс 2 Завтрак

288 М Птица отварная	100	52,70	328	23.44	25.82		0.5
/тушка/							
202/ М. Макароны отварные	180	21,69	202.14	6.79	5.41		31.72
150 П Икра кабачковая	40	8,57	47.6	0.95	4.45		3.85
ту9115-001 Хлебный батон	38	3,49	93.52	3.6	0.92		18.8
375/376 М Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02		15
<b>Итого комплекс 2:</b>	<b>573</b>	<b>90,13</b>	<b>731.26</b>				

### Комплекс 3 Обед

98 М Суп крестьянский с пшеном	200	8,77	61	1.19	3.93		4.87
291/М Плов из птицы / окор. б/к/	50/150	61,68	298.6	18	8.94		36.45
54-28 з Н Свекла отварная дольками	60	6,68	25.2	0.9	0.1		5.2
ту9115-001 Хлебный батон	40	3,66	93.52	3.6	0.92		18.8
Гост Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16		10.28
58161-349 М. Компот из сухофрукты	200	8,67	132.8	0.6	0.09		32
таб.24/94 г Яблоко	120	15,84	56.4	0.48	0.48		11.75
<b>Итого комплекс 3:</b>	<b>840</b>	<b>107,03</b>	<b>716.136</b>				

### Комплекс 4 Обед

98 М Суп крестьянский с пшеном	250	10,97	76.25	1.49	4.91		6.09
291/М Плов из птицы / окор. б/к/	50/150	61,68	298.6	18	8.94		36.45
54-28зН Свекла отварная дольками	40	4,45	64	0.28	0.04		
ТУ9115-00 Хлебный батон	29	2,63	70.1	2.7	0.69		14.1
Гост Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16		10.28
58161-349 М. Компот из сухофрукты	200	8,67	132.8	0.6	0.09		32
<b>Итого комплекс 4:</b>	<b>739</b>	<b>90,13</b>	<b>690.366</b>				

### Комплекс 5 Завтрак

54-2т-Н, Запеканка из творога	130/40	56,83	418.6	12.68	11.13		66.7
327М с морков.с соус. мол.							

ТУ9115-00	Хлебный батон	30	2,74	70.1	2.7	0.69	14.1
375/376 М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
338 М	Яблоко	100	13,20	47	0.4	0.4	9.8
<b>Итого комплекс 5:</b>		515	76,45	595.7			

### Комплекс 6 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	8,77	61	1.19	3.93	4.87
291/М	Плов из птицы / окор. б/к/	50/150	61,68	298.6	18	8.94	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6,68	25.2	0.9	0.1	5.2
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,66	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-349 М.	Компот из сухофрукты	200	8,67	132.8	0.6	0.09	32
таб.24/94 г	Яблоко	120	15,84	56.4	0.48	0.48	11.75
<b>Итого комплекс 6:</b>		840	107,03	716.136			

### Комплекс 7 Завтрак

288 М	Птица отварная /тушка/	100	52,70	328	23.44	25.82	0.5
202/ М.	Макароны отварные	180	21,69	202.14	6.79	5.41	31.72
150 П	Икра кабачковая	40	8,57	47.6	0.95	4.45	3.85
ту9115-001	Хлебный батон	38	3,49	93.52	3.6	0.92	18.8
375/376 М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
<b>Итого комплекс 7:</b>		573	90,13	731.26			

### Комплекс 8 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	250	10,97	76.25	1.49	4.91	6.09
291/М	Плов из птицы / окор. б/к/	50/150	61,68	298.6	18	8.94	36.45
150 П	Икра кабачковая	40	8,57	47.6	0.95	4.45	3.85
ту9115-001	Хлебный батон	39	3,56	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-707/ 2004	Сок фруктовый "Мой" 0,200	1 шт.	31,25	88			
№769/2004	Булка домашняя	50	8,42	197	3.75	6.6	30.5
<b>Итого комплекс 8:</b>		599	126,18	849.586			

### Комплекс 9 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	8,77	61	1.19	3.93	4.87
291/М	Плов из птицы / окор. б/к/	50/150	61,68	298.6	18	8.94	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6,68	25.2	0.9	0.1	5.2
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,66	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-349 М.	Компот из сухофрукты	200	8,67	132.8	0.6	0.09	32
таб.24/94 г	Яблоко	120	15,84	56.4	0.48	0.48	11.75
<b>Итого комплекс 9:</b>		840	107,03	716.136			

### Комплекс 10 Завтрак

54-2т-Н, 327М	Запеканка из творога с морков.с соус. мол.	130/40	56,83	418.6	12.68	11.13	66.7
ТУ9115-00	Хлебный батон	30	2,74	70.1	2.7	0.69	14.1

375/376 М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
338 М	Яблоко	100	13,20	47	0.4	0.4	9.8
<b>Итого комплекс 10:</b>		515	76,45	595.7			

### Комплекс 20 (диета)

54-2т-Н,	Запеканка из творога	130/40	56,04	418.6	12.68	11.13	66.7
327М	с мор.б сах.с соус						
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-	21	1,85	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-	пшеничный						
375,377/17	Чай без сахара	200	1,40	2			0.5
таб.24/94 г	Яблоко	130	17,16	61.1	0.52	0.52	12.74
<b>Итого комплекс 20:</b>		521	76,45	530.316			

Директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством