

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

МБОУ № 101

Меню на 05.03.2024

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

Холодные блюда

№6/Л.	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 /лист	190/1	65,94	362	19.44	11.72	44.46
Сб. 2004 г 57	Салат из красн.фасоли/ зелень. лук реп. лист	100/1	19,70	98	3.2	7.8	3.2
Сб. 2002 г 572	Салат овощной с мясом со см./филе сол.ог./	100	38,60	115.3	5.7	6.2	7.48
67/17 М.	Винегрет овощной /зелень/	100/1	19,29	124	1.4	10.1	6.8
78/Л.	Икра свекольная /зелень/	100/1	16,92	13.93	2.4	7.6	13
47/17 М	Салат из кв.капусты /зелень/	100/1	24,04	84	1.3	5	8
№17/ 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
338/М.	Мандарины	100	22,80	38	0.8	0.2	7.5
338/М.	Апельсины	100	24,00	43	0.9	0.2	8.1
674/Л.	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

103/2017	Суп карт. с мак. из.-ми/ верм./	250	16,19	120	2.9	2.5	21
----------	---------------------------------	-----	-------	-----	-----	-----	----

Вторые блюда

Акт отработки рецептур №392/М.	Отбивная нат.школьная с сыром из Пельмени отв. со сметаной	110	120,14	103.78	24.2	23.8	14
Акт отрабо 293 М	Люля из птицы /филе/ Птица жареная/ бедро/	100/20/5 100	71,07 68,65	248 184	15 24.18	14.2 17.09	14.4 0.04
229 М	Рыба тушен. в том. с овощ./пикша/	45/45	31,36	144.5	8.78	8.46	3.42
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/	100	66,39	160	9.3	6.8	14.2
388Л.	Котлета рыбная с/с томат./пикша /	50/50	27,26	194	8.65	6.93	12.26

381/1994	Котлета отбивная свин./косточ/	77/20	101,81	492.8	14.5	43.6	10.24
Диетические							
291 М	Плов из птицы / филе/	50/150	62,91	298.66	18.01	8.95	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 17 г	Мясо говядина отварное	50	115,46	88.5	15.65	2.95	
362 сб.2004	Пудинг из творога со сметаной	100/20	80,98	237	13.4	10.9	20.7
175/2017	Каша мол. из риса и пшена "Дружба" с/с.	200/10	21,04	260	6.08	11.18	33.48
Гарниры							
304/17 М.	Рис отварной	150	19,13	209.7	3.65	5.37	36.68
312 М	Картофельное пюре	150	29,76	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/М. 747/2004 Л	Пицца школьная Сосиска запеч. в тесте	100 55/50	48,17 42,32	299 228	9.89 9.6	16.25 13.84	28.3 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
№768/04 Л	Булочка с орехами	100	29,17	357	7.9	10.2	58.6
Акт конт. пр.	Слойка с маковой начинкой	120	31,66	333.3	3.17	11.79	50.72
566/1973	Слойка с марципаном/	100	38,79	426	7.9	10.2	58.6
Акт конт. пр.	Слойка с молоком сгущенным вареным/	110	38,61	357	7.59	10.27	58.62
05.10.23 г.	шоколад.кокос/ Пирожки печ. из	75	33,98	88	2.42	1.08	17.11
№408.471 /17 М. ТТК № 3	прес.сл. теста с вишневым фаршем Булочка с сыром	60	16,92	218	5.48	6.52	34.4
766/2004	Сдоба обыкновенная	100	16,73	262	7.76	4.72	47.1
774/2004	Булочка сдобная с помадой /ванильной/ Пирожок печен.с	100	24,39	340	7.3	8.8	57.9
№738.758	капустой	60	14,50	132	3.9	3.26	20.76
№ 685/98г 5 ч №646	Пирожок печеный с курагой	60	17,52	160	6.6	12	52
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом	60	46,06	172	8.43	6.22	20.35
№405,470 ,406	Пирожок печ. сд. с яблоками	100	19,65	92	1.82	2.04	16.62
№685,№6 87,№734	Пирожок печеный с творогом	60	22,90	124.8	7.38	4.38	23.34
741/764/04	Ватрушка с творогом	75	26,02	202	9.22	5.48	29.18
№741 сб 2004	Ватрушка с конфитюром	75	17,75	253	4.97	9.2	39.6
№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 /1973	Сочни из песочного теста	55	22,99	201	9.7	21.34	20.9

№573 /1973г. ту9115-001	Бисквитный пирог с повидлом	100	43,81	285	4.57	13.84	43.06
Гост 58161-	Хлебный батон	50	4,58	116.9	4.5	1.15	23.5
	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28

Напитки

Акт контр. проработк 375/376 М	Кисель из ягод заморожен.	200	12,02	160	0.31		39.4
375,377/ М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
	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

	Батончик ваф.Джумка с мяг. карамелью и возд. куклрпзкой 37 гр 1/60	37 гр	23,58	860	2.6	11.2	23.6
	"Вафельное драже. покрытое мол.шок.глаз." Yota 40 гр 1/192	40гр	31,00	212	2.2	12.8	22.4
	Драже Yota хруст. шарик малина/белая глазурь 40гр 1/192	40гр	47,13	188	2.2	8.8	25.2
	Драже Yota хруст.шарик	50гр	58,93	188	2.2	8.8	25.2
	взрывная карамель Молочный шоколад "Baby fox" 45 гр 1/30	45 гр	39,06	256.5	3.6	17.1	22.05
	Мармелад жев. Krut Frut в ассрт. 30гр	30 гр.	14,08	93	1.65	0.06	21.3
	Мармелад жев." HIPPO	30 гр.	14,08	93	1.65	0.06	21.3
	BODI&FRIENDS" в Мармелад жев.Baby Fox в асс. 30гр 1/90	30 гр.	14,08	93	1.65	0.06	21.3

Напитки и соки

707/ 2004	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	49,81	30			7.6
	Напиток негаз. "Холодный Чай "Т.3. Fruktomania 0,5л в ассортименте	1шт.	40,00	1			0.2
Гост 28188-2014	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0.33 л в ассорт.	1 шт	49,33	45			11

	Напиток не газ. "СЕНЕЖСКАЯ+мали на "Сенежская+лимон-	1 шт	43,75	15			4.5
Гост 28188-	Вода питьевая 0,5 без/газа	1шт.	36,25				

Комплекс 1 Завтрак

291 М	Плов из птицы / филе/	50/150	62,91	298.66	18.01	8.95	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6,68	25.2	0.9	0.1	5.2
ТУ 9115-0С	Хлебный батон	35	3,18	86.83	3.15	0.805	16.45
375/376 М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
	Итого комплекс 1:	510	76,45	470.69			

Комплекс 2 Завтрак

291 М	Плов из птицы / филе/	50/150	62,91	298.66	18.01	8.95	36.45
45/2004 г.	Салат из квашеной капусты	30	7,00	25.2	0.039	1.5	2.4
ТУ 9115-0С	Хлебный батон	36	3,34	86.83	3.15	0.805	16.45
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
	Итого комплекс 2:	581	90,13	517.69			

Комплекс 3 Обед

103 М	Суп карт. с мак. из.- ми /верм./	200	12,95	94.6	2.15	2.27	13.96
229 М	Рыба тушен. в том. с овощ./пикша/	45/45	27,80	144.5	8.78	8.46	3.42
312 М	Картофельное пюре	150	29,76	137.25	3.06	4.8	20.43
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6,68	25.2	0.9	0.1	5.2
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,65	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост 58161-	Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
Акт контр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	11,26	160	0.31		39.4
338 М	Яблоко	100	13,20	47	0.4	0.4	9.8
	Итого комплекс 3:	860	107,03	750.686			

Комплекс 4 Обед

103/2017	Суп карт. с мак. из.- ми/ верм./	250	16,19	120	2.9	2.5	21
388Л.	Котлета рыбная с/с томат./пикша /	50/50	25,08	194	8.65	6.93	12.26
№312/М.	Картофельное пюре	180	35,69	188.46	4.6	8.37	24.57
54-28зН	Свекла отварная дольками	40	4,45	64	0.28	0.04	
ТУ 9115-0С	Хлебный батон	36	3,31	86.83	3.15	0.805	16.45
Гост 58161-	Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
375/376 М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
	Итого комплекс 4:	841	90,13	761.906			

Комплекс 5 Завтрак

291 М	Плов из птицы / филе/	50/150	62,91	298.66	18.01	8.95	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6,68	25.2	0.9	0.1	5.2
ТУ 9115-0С	Хлебный батон	35	3,18	86.83	3.15	0.805	16.45

375/376 М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 5:		510	76,45	470.69			
Комплекс 6 Обед							
103 М	Суп карт. с мак. из.- ми /верм./	200	12,95	94.6	2.15	2.27	13.96
229 М	Рыба тушен. в том. с овощ./пикша/	45/45	27,80	144.5	8.78	8.46	3.42
312 М	Картофельное пюре	150	29,76	137.25	3.06	4.8	20.43
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6,68	25.2	0.9	0.1	5.2
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,65	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-							
Акт контр.	Кисель из ягод	200	11,26	160	0.31		39.4
проработк	заморожен.						
338 М	Яблоко	100	13,20	47	0.4	0.4	9.8
Итого комплекс 6:		860	107,03	750.686			
Комплекс 7 Завтрак							
291 М	Плов из птицы / филе/	50/150	62,91	298.66	18.01	8.95	36.45
45/2004 г.	Салат из квашеной капусты	30	7,00	25.2	0.039	1.5	2.4
ТУ 9115-00	Хлебный батон	36	3,34	86.83	3.15	0.805	16.45
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
Итого комплекс 7:		581	90,13	517.69			
Комплекс 8 Обед							
103/2017	Суп карт. с мак. из.- ми/ верм./	250	16,19	120	2.9	2.5	21
388Л.	Котлета рыбная с/с томат./пикша /	50/50	25,09	194	8.65	6.93	12.26
№312/М.	Картофельное пюре	180	35,69	188.46	4.6	8.37	24.57
47/ М	Салат из квашеной капусты	60	13,96	51.42	1.024	3.002	5.073
ту9115-001	Хлебный батон	41	3,78	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-							
Акт контр.	Кисель из ягод	200	11,26	160	0.31		39.4
проработк	заморожен.						
табл.24/94	Яблоко	140	18,48	65.8	0.56	0.56	13.7
Итого комплекс 8:		991	126,18	921.816			
Комплекс 9 Обед							
103 М	Суп карт. с мак. из.- ми /верм./	200	12,95	94.6	2.15	2.27	13.96
229 М	Рыба тушен. в том. с овощ./пикша/	45/45	27,80	144.5	8.78	8.46	3.42
312 М	Картофельное пюре	150	29,76	137.25	3.06	4.8	20.43
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6,68	25.2	0.9	0.1	5.2
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,65	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-							
Акт контр.	Кисель из ягод	200	11,26	160	0.31		39.4
проработк	заморожен.						
338 М	Яблоко	100	13,20	47	0.4	0.4	9.8
Итого комплекс 9:		860	107,03	750.686			

Комплекс 10 Завтрак

291 М	Плов из птицы / филе/	50/150	62,91	298.66	18.01	8.95	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная	60	6,68	25.2	0.9	0.1	5.2
	дольками						
ТУ 9115-0С	Хлебный батон	35	3,18	86.83	3.15	0.805	16.45
375/376 М	Чай с сахаром	200/15	3,68	60	0.07	0.02	15
	Итого комплекс 10:	510	76,45	470.69			

Комплекс 20 (диета)

№209 М	Яйцо варен.	40	25,60	63	5.08	4.6	0.28
Таб.24/199	Икра кабачковая	50	10,71	59.5	0.6	4.48	3.85
173/2017	Каша мол.гречневая	200/10	36,64	268.66	8.87	5.12	31.4
Гост	Хлеб/ йодир./ ржано-	26	2,24	60.77	1.925	0.2	12.85
58161-	пшеничный						
375,376/17	Чай без сахара	180	1,26	2			0.5
	Итого комплекс 20:	506	76,45	453.93			

Директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством