

"Согласовано"

Директор

*Александровская Т.Н.*

Подпись

ФИО

## Меню на 19.11.2024

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

### Холодные блюда

№6 Л.	Б-д с колб." Сервелат Финский"	20/25	20.68	139.5	4.77	7.43	13.34
5/294 М.	Бутерброд с котлетой из птицы /лист	190/1	62.92	362	19.44	11.72	44.46
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/	50/50	32.45	173	5.8	8.3	14.83
67/17 М.	Винегрет овощ./зел.	100/1/1	21.18	125.1	1.4	10.1	7.29
47/17 М	гор., лист сал.,зел./ Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./	100/1/1	26.33	84	1.3	5	8
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./	100	20.95	98	3.2	7.8	3.2
75 М.	Икра свекольная /зел. лист сал./	100/1/1	18.27	13.93	2.4	7.6	13
№17/ Л.	Салат из соленых огурцов с луком	100	27.17	104	0.12	12.9	2.4
66/17 М.	Салат из моркови с изюмом	100	21.46	109	1.7	3.1	18.8
338 М	Яблоко	100	15.00	47	0.4	0.4	9.8
674 Л.	Яблоки печеные	75	16.21	120.7	0.22	0.15	30.1
629 Л.	Лимон с сахаром	30/10	11.33	67.6	8.26	0.04	15.48

### Первые блюда

98 М	Суп крестьянский с пшеном	250	10.94	76.25	1.49	4.91	6.09
------	---------------------------	-----	-------	-------	------	------	------

### Вторые блюда

377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/	100	115.39	160	9.3	6.8	14.2
№377 /Л.	Рыба жареная / минтай филе/	100	49.63	160	19.6	6.8	4.2
Акт	Отбивная	110	117.42	103.78	24.2	23.8	14
кон.прор.о	нат.школьная с сыром из						
6/9/22 Акт	Люля из птицы /филе/	100/20/5	68.85	248	15	14.2	14.4
293 М	Птица жареная/ бедро/	100	68.76	184	24.18	17.09	0.04
№392/М.	Пельмени отв. со сметаной	200/20	97.85	352	19.6	13	37.2
381/1994	Котлета отбивная свин./косточ/	77/20	87.62	492.8	14.5	43.6	10.24

### Диетические

288 М	Птица отварная /тушка/	100	51.68	328	23.44	25.82	0.5
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	61.14	333.73	18.01	8.95	36.45
№ 54-3 м-2020	Голубцы Ленивые/ гов./соус см. том.	100/50	62.49	128.4	8.4	7.6	6.4
395 М.	Вареники с творожным фаршем	180/5	56.03	271	19.82	5.08	36.44
411/Л.	Мясо говядина отварное	50	103.68	88.5	15.65	2.95	
54-2т-Н, 327М	Запеканка из творога с морков.с соус. мол.	130/40	71.30	418.6	12.68	11.13	66.7
129 сб 17 М.	Капуста цветная отварная с маслом	100/5/1	58.55	44	1.42	3.36	2.11
№223 сб 2004	Тыква, припущенная с яблоками и изюмом	125/5	47.01	87	1.2	5.9	7
173/2017	Каша мол.гречневая с/м. с/с.	200/10/10	39.99	224	8.8	4.8	34.8

### Гарниры

202/309 М	Макароны отварные	150	19.38	168.45	5.52	4.52	26.45
312 М	Картофельное пюре	150	28.02	137.25	3.06	4.8	20.43
304 М.	Рис отварной	150	22.79	209.7	3.65	5.37	36.68

### Мучные изделия

398 М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом	110/5	53.89	384	4.4	8.47	64.2
№397 /М.	Блинчики с маслом	60/3	25.54	148.8	3.18	6.06	19.8
№413/М.	Пицца школьная	100	51.45	299	9.89	16.25	28.3
747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте	55/50	46.46	228	9.6	13.84	26.9
№850	Хачапури имеретинские	75	55.61	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	Слойка с повидлом	100	21.83	333.3	3.17	11.79	50.72
418 сб2017	Слойка с марципаном/	100	36.98	426	7.9	10.2	58.6
566/1973	Слойка с молоком сгущенным вареным/	110	38.75	357	7.59	10.27	58.62
Акт конт. пр.	шоколад.кокос/						
05.10.23 г.	Слойка с маковой начинкой	120	31.86	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем	75	37.94	88	2.42	1.08	17.11
№408.471 /17 М.	Булочка с сыром	60	16.70	218	5.48	6.52	34.4
ТТК № 3	Булочка сдобная с помадой /ванильной/	100	23.24	340	7.3	8.8	57.9
774/Л.	Сдоба обыкновенная	100	17.30	262	7.76	4.72	47.1
766/Л.	Пирожок печен.с капустой	60	14.71	132	3.9	3.26	20.76
№738.758 №687/	Пирожок печеный с мясом	60	37.37	172	8.43	6.22	20.35
685/фарш № 685/98г	Пирожок печеный с курагой	60	17.15	160	6.6	12	52
5 ч №646 №405,470	Пирожок печ. сд. с яблоками	100	19.72	92	1.82	2.04	16.62
,406/М. 741 Л.	Ватрушка с конфитюром	75	20.94	253	4.97	9.2	39.6
№685,№6 87,№734	Пирожок печеный с творогом	60	23.35	124.8	7.38	4.38	23.34

741/764/Л.	Ватрушка с творогом	75	26.74					
№793Л.	Кекс столичный	75	50.80	202	9.22	5.48	29.18	
№572	Сочни из песочного	55	23.10	323	4.57	13.84	43.06	
/1973	теста			201	9.7	21.34	20.9	
№573	Бисквитный пирог с	100	39.05	285	4.57	13.84	43.06	
/1973г.	повидлом							
Гост31806-	Корж /п/ф/	100	35.04	286	4.89	8.43	47.68	
Акт	Круассан с ветчиной	135	92.04	388	15.62	12.28	53.5	
конр.прор	и сыром	130	64.80	377.7	7.6	3.7	53.5	
Акт	Круассан с							
конр.прор	шоколадной	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5	
Гост	Слойка с фруктовой							
31806-	начинкой	50	4.48	116.9	4.5	1.15	23.5	
ту9115-001	Хлебный батон	20	1.73	48.616	1.54	0.16	10.28	
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-							
58161-	пшеничный							

#### Напитки

495 П	Компот из смеси	200	7.09	132.8	0.66	0.09	32.01	
	сухофруктов							
375,376/М.	Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15	
375,376/М.	Чай с лимоном	200/10/7	5.24	62	0.13	0.02	15.2	
	Чай Черный пакет б/с	200	12.80	60	0.07	0.02	15	
	2гр*							
	Чай Зеленый пакет	200	12.80	60	0.07	0.02	15	
	б/с 2гр*							
	Чай Фруктовый пакет	200	12.80	60	0.07	0.02	15	
	б/с 2 гр*							
	Сахар	15г.	2.21	60			15	

#### Напитки и соки

Гост	Вода питьевая 0,5	1шт.	36.25					
28188-	без/газа							
707/ Л.	Сок фруктовый "	200	35.00	88				
	Мой" 0,200							
	Напиток негаз.	1шт.	42.50	1			0.2	
	"Холодный Чай "Т.3.							
	Fruktomania 0,5л в							
	ассортименте							
	Напиток не газ.	1 шт	46.25	15			4.5	
	"Сенежская" в							
	ассорт. 0.44 *							

#### Комплекс 1 Завтрак

54-2т-Н,	Залежанка из творога	130/40	58.64	418.6	12.68	11.13	66.7	
327М	с морков.с соус. мол.							
ТУ9115-00	Хлебный батон	20	1.79	46.76	1.57	0.2	19.32	
375,376/М.	Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15	
338 М	Яблоко	100	13.15	47	0.4	0.4	9.8	
	Итого комплекс 1:	500	76.45	572.36				

#### Комплекс 2 Завтрак

288 М	Птица отварная	100	51.68	328	23.44	25.82	0.5	
	/тушка/							
202/ М.	Макароньы отварные	180	23.26	202.14	6.79	5.41	31.72	
таб.24/94	Помидор соленый	30	7.99	37	0.48	0.06	1.02	
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.33	116.9	4.5	1.15	23.5	
375,376/М.	Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15	
	Итого комплекс 2:	568	90.13	744.04				

### Комплекс 3 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	8.75	61	1.19	3.93	4.87
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	61.14	333.73	18.01	8.95	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная	60	6.91	47.9	0.9	0.1	5.2
ту9115-001	дольками Хлебный батон	41	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
58161-495 П	Компот из смеси сухофруктов	200	7.09	132.8	0.66	0.09	32.01
таб.24/94 г	Яблоко	135	17.75	63.45	0.54	0.54	13.23
	Итого комплекс 3:	856	107.03	781.016			

### Комплекс 4 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	250	10.94	76.25	1.49	4.91	6.09
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	61.14	333.73	18.01	8.95	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная	60	6.91	47.9	0.9	0.1	5.2
ТУ9115-00	дольками Хлебный батон	26	2.32	58.45	2.25	0.575	11.75
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1.73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-495 П	Компот из смеси сухофруктов	200	7.09	132.8	0.66	0.09	32.01
	Итого комплекс 4:	756	90.13	697.746			

### Комплекс 5 Завтрак

54-2т-Н,	Запеканка из творога	130/40	58.64	418.6	12.68	11.13	66.7
327М	с морков.с соус. мол.						
ТУ9115-00	Хлебный батон	20	1.79	46.76	1.57	0.2	19.32
375,376/М.	Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
338 М	Яблоко	100	13.15	47	0.4	0.4	9.8
	Итого комплекс 5:	500	76.45	572.36			

### Комплекс 6 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	8.75	61	1.19	3.93	4.87
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	61.14	333.73	18.01	8.95	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная	60	6.91	47.9	0.9	0.1	5.2
ту9115-001	дольками Хлебный батон	41	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
58161-495 П	Компот из смеси сухофруктов	200	7.09	132.8	0.66	0.09	32.01
таб.24/94 г	Яблоко	135	17.75	63.45	0.54	0.54	13.23
	Итого комплекс 6:	856	107.03	781.016			

### Комплекс 7 Завтрак

288 М	Птица отварная /тушка/	100	51.68	328	23.44	25.82	0.5
202/ М.	Макароны отварные	180	23.26	202.14	6.79	5.41	31.72
таб.24/94	Помидор соленый	30	7.99	37	0.48	0.06	1.02
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.33	116.9	4.5	1.15	23.5
375,376/М.	Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
	Итого комплекс 7:	568	90.13	744.04			

### Комплекс 8 Обед

98 М	Суп крестьянский с пшеном	250	10.94	76.25	1.49	4.91	6.09
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	61.14	333.73	18.01	8.95	36.45
78/2004г.	Икра свекольная	80	13.43	11.15	1.92	6.08	10.4
ту 9115-00	Хлебный батон	44	3.94	105.21	4.05	1.035	21.15
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1.73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-707/ Л.	Сок фруктовый "Мой" 0,200	200	35.00	88			
	Итого комплекс 8:	794	126.18	662.956			
<b>Комплекс 9 Обед</b>							
98 М	Суп крестьянский с пшеном	200	8.75	61	1.19	3.93	4.87
291/М.	Плов из птицы / филе/	50/150	61.14	333.73	18.01	8.95	36.45
54-28 з Н	Свекла отварная дольками	60	6.91	47.9	0.9	0.1	5.2
ту9115-001	Хлебный батон	41	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
58161-495 П	Компот из смеси сухофруктов	200	7.09	132.8	0.66	0.09	32.01
таб.24/94 г	Яблоко	135	17.75	63.45	0.54	0.54	13.23
	Итого комплекс 9:	856	107.03	781.016			
<b>Комплекс 10 Завтрак</b>							
54-2т-Н,	Запеканка из творога с морков.с соус. мол.	130/40	58.64	418.6	12.68	11.13	66.7
327М	Хлебный батон	20	1.79	46.76	1.57	0.2	19.32
ТУ9115-00	Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
375,376/М/.	Яблоко	100	13.15	47	0.4	0.4	9.8
338 М	Итого комплекс 10:	500	76.45	572.36			
<b>Комплекс 20 (диета)</b>							
54-2т-Н,	Запеканка из творога с морков.с соус. мол.	130/40	57.40	418.6	12.68	11.13	66.7
327М	б/ сах.						
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	22	1.87	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-375/М 4.11	Чай б/ сахаром	200	1.40	2			0.5
338/М.	Яблоко	120	15.78	56.4	0.48	0.48	11.75
	Итого комплекс 20:	512	76.45	525.616			
Ген.директор/Технол	Калькулятор						
							Зав производством