

"Утверждаю"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 11.05.2023 Школа № 101

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Холодные блюда						
№6/2004г. Б-д с колб. сервелат "Итальянский"	20/25	17.01	139.5	4.77	7.43	13.34
95,612 /04г. Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/	50/50	29.31	173	5.8	8.3	14.83
№ 24 сб.17М. Салат из свежих помидор и огурцов/зелень/	100/1	29.44	70.7	0.964	6.076	3.646
67/17 М. Винегрет овощной с зелен.	100/1	19.23	124	1.4	10.1	6.8
№250 сб.04Л. Кабачки жареные /смет. зел./	50/5/1	31.29	55	3.85	4.25	0.65
78/04Л. Икра свекольная /зелень/	100/1	18.50	13.93	2.4	7.6	13
45/2004г Салат квашеной капусты с зел.	100/1	21.35	84	1.3	5	8
57/04 Л. Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./	100	18.52	98	3.2	7.8	3.2
табл.24/94 Яблоко	100	13.20	47	10.4	0.4	19.8
674/ 04Л. Яблоки печеные	75	14.30	120.7	0.22	0.15	30.1
629/04 Л. Лимон с сахаром	30/10	12.71	67.6	8.26	0.04	15.48
Первые блюда						
№99/ 2017 Суп из овощей	250	16.72	95.25	1.59	4.99	9.15
Вторые блюда						
279.331/17г Тефтели /2- вариант /с/с.смет.том. филе ц/б	60/50	35.84	223	6.96	16.11	11.61
451,582/04 Шницель / гов. / с с-м белым.	60/30	52.90	263.5	12.96	18.44	10.8
Акт отрабо №377/04 Люля из птицы /филе/ Л. Рыба жареная горбуша /филе/	100/20/5 100	62.72 110.46	248 160	15 9.3	14.2 6.8	14.4 14.2
№392 сб 17г.М. Пельмени отв. со сметаной	200/20	84.92	352	19.6	13	37.2
496/04 Л. Котлета из филе птицы паниров. жарен.	90	55.36	327	20.7	22.4	10
сб. 1994 г 381 Котлета отбивная свин./косточ/	77/20	87.46	492.8	14.5	43.6	10.24
Диетические						
411 сб. Мясо говядина	50	89.88	88.5	15.65	2.95	

2004 г	отварное							
№358 сб	Сырники из тв. сах.	100/10/20	87.26	251	15.2	12.4	18.9	
2004	смет.							
стр.247/20	Каша манная молоч.	200/10/10	33.83	237	6.94	12.18	37.9	
04	с/с,с/м							
Гарниры								
202/309/17	Макароны отварные	150	18.14	168.4	5.51	4.51	26.44	
302/17 М.	Каша пшеничная	150	13.76	274.5	6.33	7.51	10.35	
522/04	Картофель жареный	150	39.27	306	4.35	15.75	30.3	
534/ 2004г	Капуста тушенная свеж.	150	23.57	94	3.23	6.9	16.1	
Мучные изделия								
№339	Блинчики с	110/20	41.95	384	4.4	8.47	64.2	
сб.17г.М.	фруктовым фаршем со сгущен.							
№413/2017	Пицца школьная	100	46.91	299	9.89	16.25	28.3	
№747 сб	Сосиска запечен. в	50/50	36.97	228	9.6	13.84	26.9	
2004	тесте							
№850	Хачапури	75	52.33	346	13.9	28.17	36.78	
сб.1997г.	имеретинские							
566/1973	Слойка с марципаном/ помадка шок. сах. /	100	33.95	426	7.9	10.2	58.6	
№857 сб	Пирог слоеный с	100	24.61	338	6.63	12.27	52.8	
1997г.	конфитюром							
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем	75	31.00	88	2.42	1.08	17.11	
№768/04 Л	Булочка с орехами	100	24.52	357	7.9	10.2	58.6	
ТТК № 3	Булочка с сыром	60	16.03	218	5.48	6.52	34.4	
766/2004	Сдоба обыкновенная	100	16.08	262	7.76	4.72	47.1	
774/2004	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./	100	19.61	340	7.3	8.8	57.9	
774/2004	Булочка сдобная с помадой /ванильной/	100	18.46	340	7.3	8.8	57.9	
№738.758/ 2004	Пирожок печен.с капустой	60	13.43	132	3.9	3.26	20.76	
№741 сб	Ватрушка с	75	18.24	253	4.97	9.2	39.6	
2004	конфитюром							
№687/ 685/фарш	Пирожок печеный с мясом	60	37.74	172	8.43	6.22	20.35	
№ 685/98г	Пирожок печеный с	60	17.43	160	6.6	12	52	
5 ч №646	курагой							
№405,470, 406 сб.201	Пирожок печ. сд. с яблоками	100	17.97	92	1.82	2.04	16.62	
№685,№68 7,№734 сб.	Пирожок печеный с творогом	60	21.62	124.8	7.38	4.38	23.34	
№793/2004	Кекс столичный	75	43.42	323	4.57	13.84	43.06	
№572	Сочни из песочного	55	21.46	201	9.7	21.34	20.9	
/1973	теста							
ту9115-001	Хлебный батон	50	4.32	116.9	4.5	1.15	23.5	
гост 2077-8	Хлеб Бородинский	25	1.58	57.5	1.4	0.27	12.35	
Напитки								
№692 сб	Кофейный напиток со св. молоко.	200	15.86	119.85	3.9	3	20.27	
2004г								
Акт контрольн	Компот из ягод заморожен.	200	10.86	103.14	0.144	0.06	25.09	

Таб. 24 сб 1994 г	Сок/ нектар 0.2 в ассортименте	1 шт	31.25	40			12
	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0,33 л в ассорт.	1 шт	43.70	45			11
	Холодный Чай в асс. 0.5 л FruktoMania	1шт.	35.00	1			0.2
	Напиток б/а ТМ"Magic fruit" (Мейджик фрукт) 0,43 в ассорт*	1 шт.	41.25				
	Напиток не газ. "СЕНЕЖСКАЯ" 0,44 малина, лимон-мята	1 шт	41.25	15			4.5
	Молочный Коктейль 0,2 ФрутоНяня в ассор.	1 шт	33.83	65.7	2.7	2.1	9
	Пюре ФРУКТОKIDS 0.09	1шт.	39.05	199.7	0.2	0.1	11.5
	Вода питьевая 0,5 без/газа	1шт.	36.25				
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	6.37	62	0.13	0.02	15.2
	Чай Черный 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
	Чай Зеленый пакет б/с 2гр*	200	12.00	60	0.07	0.02	15
	Сахар	15г.	2.28				
Сладкие кондитерские изделия							
	Батончик ваф.Джумка с мяг. карамелью и возд. кукурузой 37 гр 1/60	37 гр	27.75	860	2.6	11.2	23.6
	"Вафельное дражке. покрытое мол.шок.глаз." Yota 40 гр 1/192	40гр	27.75	212	2.2	12.8	22.4
	Дражке Yota хруст. шарик малина/белая глазурь 40гр 1/192	40гр	45.00	188	2.2	8.8	25.2
	Дражке Yota хруст.шарик взрывная карамель 50гр 1/192	50гр	49.38	188	2.2	8.8	25.2
	Молочный шоколад "Baby fox" 45 гр 1/30	45 гр	41.25	256.5	3.6	17.1	22.05
	Мармелад жев. Krut Frut в ассрт. 30гр 1/90	30 гр.	15.00	93	1.65	0.06	21.3
	Мармелад жев." HIPPO BODI&FRIENDS" в асс. 30г 1/90	30 гр.	15.00	93	1.65	0.06	21.3
	Мармелад жев.Baby Fox в асс. 30гр 1/90	30 гр.	15.00	93	1.65	0.06	21.3
Комплекс 1 Завтрак							
279.331/17г	Тефтели /2- вариант /с/с.смет.том. филе ц/б	60/50	35.84	223	6.96	16.11	11.61
202/309/17	Макаронны отварные	150	18.14	168.4	5.51	4.51	26.44

534 /2004.	Капуста свеж. тушеная	75	11.95	70.5	1.875	3.45	8.025
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.15	116.9	4.5	1.15	23.5
375,377 сб.	Чай с лимоном	200/15/7	6.37	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 1:		605	76.45	640.8			

Комплекс 2 Завтрак

279.331/17г	Тефтели /2- вариант /с/с.смет.том. филе ц/б	60/50	35.84	223	6.96	16.11	11.61
№202/17 М	Макароны отварные	180	21.77	202.14	6.79	5.41	31.72
№482 сб.1	Капуста тушеная	30	4.70	28.2	0.75	1.38	3.21
ТУ 9115-00	Хлебный батон	35	2.99	81.83	3.15	0.805	16.45
692/2004 г	Кофейный нап-к с молоком	180	14.27	107.86	3.51	2.7	18.24
таб.24/94 г	Яблоко	80	10.56	37.6	0.32	0.32	7.84
Итого комплекс 2:		615	90.13	680.63			

Комплекс 3 Обед

№99/ 2017	Суп из овощей	200	13.38	76.2	1.27	3.99	7.32
451,582/04	Шницель / гов. / с с-м белым.	60/30	52.90	263.5	12.96	18.44	10.8
302/17 М.	Каша пшеничная	160	14.68	221.25	6.3	4.54	38.85
таб 24/94 г.	Морковь отварная	60	9.05	55.2	0.84	4.8	4.9
ту9115-001	Хлебный батон	53	4.58	116.9	4.5	1.15	23.5
гост 2077-8	Хлеб Бородинский	25	1.58	57.5	1.4	0.27	12.35
Акт контрольн	Компот из ягод заморожен.	200	10.86	103.14	0.144	0.06	25.09
Итого комплекс 3:		788	107.03	893.69			

Комплекс 4 Обед

№99/ 2017	Суп из овощей	250	16.72	95.25	1.59	4.99	9.15
Сб. 2004	Запеканка картоф. с мясом /филе/	122/3	55.64	435	16.64	20.89	19.8
478							
таблица 24	Морковь отварная	40	6.03	36.8	0.56	3.2	3.266
ту9115-001	Хлебный батон	44	3.79	93.52	3.6	0.92	18.8
гост 2077-8	Хлеб Бородинский	25	1.58	57.5	1.4	0.27	12.35
375,377 сб.	Чай с лимоном	200/15/7	6.37	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 4:		706	90.13	780.07			

Комплекс 5 Завтрак

279.331/17г	Тефтели /2- вариант /с/с.смет.том. филе ц/б	60/50	35.84	223	6.96	16.11	11.61
202/309/17	Макароны отварные	150	18.14	168.4	5.51	4.51	26.44
534 /2004.	Капуста свеж. тушеная	75	11.95	70.5	1.875	3.45	8.025
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.15	116.9	4.5	1.15	23.5
375,377 сб.	Чай с лимоном	200/15/7	6.37	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 5:		605	76.45	640.8			

Комплекс 6 Обед

№99/ 2017	Суп из овощей	200	13.38	76.2	1.27	3.99	7.32
451,582/04	Шницель / гов. / с с-м белым.	60/30	52.90	263.5	12.96	18.44	10.8
302/17 М.	Каша пшеничная	160	14.68	221.25	6.3	4.54	38.85
таб 24/94 г.	Морковь отварная	60	9.05	55.2	0.84	4.8	4.9
ту9115-001	Хлебный батон	53	4.58	116.9	4.5	1.15	23.5
гост 2077-8	Хлеб Бородинский	25	1.58	57.5	1.4	0.27	12.35
Акт	Компот из ягод	200	10.86	103.14	0.144	0.06	25.09
контрольн	заморожен.						
Итого комплекс 6:		788	107.03	893.69			

Комплекс 7 Завтрак

279.331/17г	Тефтели /2- вариант /с/с.смет.том. филе ц/б	60/50	35.84	223	6.96	16.11	11.61
№202/17 М	Макароньы отварные	180	21.77	202.14	6.79	5.41	31.72
№482 сб.1	Капуста тушеная	30	4.70	28.2	0.75	1.38	3.21
ТУ 9115-00	Хлебный батон	35	2.99	81.83	3.15	0.805	16.45
692/2004 г	Кофейный нап-к с молоком	180	14.27	107.86	3.51	2.7	18.24
таб.24/94 г	Яблоко	80	10.56	37.6	0.32	0.32	7.84
Итого комплекс 7:		615	90.13	680.63			

Комплекс 8 Обед

№99/ 2017	Суп из овощей	250	16.72	95.25	1.59	4.99	9.15
451,582/04	Шницель / гов. / с с-м белым.	60/30	52.90	263.5	12.96	18.44	10.8
302/17М.	Каша пшеничная	180	16.47	265.5	7.56	5.45	46.62
Акт. кон. п	Кукуруза консервир.	20	6.12	22.248	0.52	1.024	2.7
ТУ 9115-00	Хлебный батон	34	2.96	81.83	3.15	0.805	16.45
гост 2077-8	Хлеб Бородинский	25	1.58	57.5	1.4	0.27	12.35
№707/04г.	Сок фруктовый " Мой "	180	21.31	78.2	1.9		21.2
№769/2004	Булка домашняя	50	8.12	197	3.75	6.6	30.5
Итого комплекс 8:		829	126.18	1061.02			

Комплекс 9 Обед

№99/ 2017	Суп из овощей	200	13.38	76.2	1.27	3.99	7.32
451,582/04	Шницель / гов. / с с-м белым.	60/30	52.90	263.5	12.96	18.44	10.8
302/17 М.	Каша пшеничная	160	14.68	221.25	6.3	4.54	38.85
таб 24/94 г.	Морковь отварная	60	9.05	55.2	0.84	4.8	4.9
ту9115-001	Хлебный батон	53	4.58	116.9	4.5	1.15	23.5
гост 2077-8	Хлеб Бородинский	25	1.58	57.5	1.4	0.27	12.35
Акт	Компот из ягод	200	10.86	103.14	0.144	0.06	25.09
контрольн	заморожен.						
Итого комплекс 9:		788	107.03	893.69			

Комплекс 10 Завтрак

279.331/17г	Тефтели /2- вариант /с/с.смет.том. филе ц/б	60/50	35.84	223	6.96	16.11	11.61
202/309/17	Макароньы отварные	150	18.14	168.4	5.51	4.51	26.44
534 /2004.	Капуста свеж. тушеная	75	11.95	70.5	1.875	3.45	8.025
ту9115-001	Хлебный батон	48	4.15	116.9	4.5	1.15	23.5
375,377 сб.	Чай с лимоном	200/15/7	6.37	62	0.13	0.02	15.2
Итого комплекс 10:		605	76.45	640.8			