

"Утверждаю"

Директор

Подпись

ФИО

*Тосканская Т. Н.*

## Меню на 19.05.2023 Школа № 101

| Наименование блюда                                     | Выход гр | Цена руб. | ЭЦ ккал | Белки | Жиры  | Угле воды |
|--|----------|-----------|---------|-------|-------|-----------|
| <b>Холодные блюда</b>                                  |          |           |         |       |       |           |
| №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    | 20.35     | 70.7    | 0.964 | 6.076 | 3.646     |
| №250 сб.04Л. Кабачки жареные /смет. зел./              | 50/5/1   | 19.32     | 55      | 3.85  | 4.25  | 0.65      |
| 67/17 М. Винегрет овощной с зелен.                     | 100/1    | 19.23     | 124     | 1.4   | 10.1  | 6.8       |
| 47/17 М Салат из кв.капусты с зелен.                   | 100/1    | 21.35     | 84      | 1.3   | 5     | 8         |
| 78/04Л. Икра свекольная /зелень/                       | 100/1    | 18.50     | 13.93   | 2.4   | 7.6   | 13        |
| 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      |
| 629/04 Л. Лимон с сахаром                              | 30/10    | 12.71     | 67.6    | 8.26  | 0.04  | 15.48     |
| 674/ 04Л. Яблоки печеные                               | 75       | 14.30     | 120.7   | 0.22  | 0.15  | 30.1      |
| <b>Первые блюда</b>                                    |          |           |         |       |       |           |
| №99/ 2017 Суп из овощей                                | 250      | 16.72     | 95.25   | 1.59  | 4.99  | 9.15      |
| <b>Вторые блюда</b>                                    |          |           |         |       |       |           |
| Акт отрабо №392 сб 17г.М. Люля из птицы /филе/         | 100/20/5 | 62.72     | 248     | 15    | 14.2  | 14.4      |
| 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        |
| №377/04 Л. Рыба жареная горбуша /филе/                 | 100      | 110.46    | 160     | 9.3   | 6.8   | 14.2      |
| №467 сб 2004г Биточки по-белорусски /гов. кот./        | 80       | 87.85     | 245.6   | 11.7  | 16.9  | 12.8      |
| 379/94г. Эскалоп/свин./                                | 85       | 113.72    | 343.15  | 17.1  | 52.6  |           |
| <b>Диетические</b>                                     |          |           |         |       |       |           |
| №239,331/ 17 г. Тефтели рыбные/ минтай/                | 100/50   | 40.28     | 210     | 11.35 | 11.06 | 16.13     |
| 290/330/17 Птица тушен. в сметанном соусе /            | 50/50    | 48.40     | 150     | 11.78 | 10.12 | 2.93      |

|                  |                                     |           |       |     |      |       |      |
|------------------|-------------------------------------|-----------|-------|-----|------|-------|------|
| 433/2004         | филе/<br>Мясо тушеное/<br>говядина/ | 50/50     | 94.56 | 132 | 10.9 | 15.9  | 3.9  |
| 366/04г.         | Запеканка творожная<br>со сметаной  | 100/20    | 86.69 | 239 | 15   | 13.3  | 13.7 |
| стр.247/20<br>04 | Каша манная молоч.<br>с/с,с/м       | 200/10/10 | 33.83 | 237 | 6.94 | 12.18 | 37.9 |

### Гарниры

|           |                   |     |       |       |      |       |       |
|-----------|-------------------|-----|-------|-------|------|-------|-------|
| 304/17 М. | Рис отварной      | 150 | 18.26 | 209.7 | 3.65 | 5.37  | 36.68 |
| 302/17 М. | Каша пшенная      | 150 | 12.92 | 229.5 | 6.6  | 5.7   | 37.8  |
| 522/04    | Картофель жареный | 150 | 39.27 | 306   | 4.35 | 15.75 | 30.3  |

### Мучные изделия

|                                 |   |        |       |       |      |       |       |
|---------------------------------|---|--------|-------|-------|------|-------|-------|
| №339<br>сб.17г.М.               | Блинчики с<br>фруктовым фаршем со<br>сгущен.                  | 110/20 | 41.95 | 384   | 4.4  | 8.47  | 64.2  |
| №413/2017                       | Пицца школьная  | 100    | 46.91 | 299   | 9.89 | 16.25 | 28.3  |
| №747 сб<br>2004                 | Сосиска запечен. в<br>тесте                                   | 50/50  | 36.97 | 228   | 9.6  | 13.84 | 26.9  |
| №850<br>сб.1997г.               | Хачапури<br>имеретинские                                      | 75     | 52.33 | 346   | 13.9 | 28.17 | 36.78 |
| №857 сб<br>1997г.               | Пирог слоеный с<br>конфитюром                                 | 100    | 24.61 | 338   | 6.63 | 12.27 | 52.8  |
| 566/1973                        | Слойка с марципаном/<br>помадка шок. сах. /                   | 100    | 33.95 | 426   | 7.9  | 10.2  | 58.6  |
| №408.471/<br>17 М.              | Пирожки печ. из<br>прес.сл. теста с<br>вишневым фаршем        | 75     | 31.00 | 88    | 2.42 | 1.08  | 17.11 |
| ТТК № 3<br>766/2004             | Булочка с сыром<br>Сдоба обыкновенная                         | 60     | 16.03 | 218   | 5.48 | 6.52  | 34.4  |
| №768/04 Л<br>774/2004           | Булочка с орехами<br>Булочка сдобная с<br>помадой /шок. сах./ | 100    | 16.08 | 262   | 7.76 | 4.72  | 47.1  |
| 774/2004                        | Булочка сдобная с<br>помадой /ванильной/                      | 100    | 24.52 | 357   | 7.9  | 10.2  | 58.6  |
| 774/2004                        | Булочка сдобная с<br>помадой /ванильной/                      | 100    | 19.61 | 340   | 7.3  | 8.8   | 57.9  |
| 685<br>,723,687 /9              | Пирожок печеный с<br>картофелем                               | 60     | 18.46 | 340   | 7.3  | 8.8   | 57.9  |
| № 685/98г<br>5 ч №646           | Пирожок печеный с<br>курагой                                  | 60     | 10.66 | 153   | 3.91 | 4.7   | 23.75 |
| 741/764/04<br>№687/<br>685/фарш | Ватрушка с творогом<br>Пирожок печеный с<br>мясом             | 75     | 17.43 | 160   | 6.6  | 12    | 52    |
| №405,470,<br>406 сб.201         | Пирожок печ. сд. с<br>яблоками                                | 100    | 24.84 | 202   | 9.22 | 5.48  | 29.18 |
| №741 сб<br>2004                 | Ватрушка с<br>конфитюром                                      | 75     | 37.74 | 172   | 8.43 | 6.22  | 20.35 |
| №793/2004<br>№572<br>/1973      | Кекс столичный<br>Сочни из песочного<br>теста                 | 75     | 43.42 | 323   | 4.57 | 13.84 | 43.06 |
| №685/699/<br>725/1994г.         | Кулебяка с кваш.<br>капустой                                  | 55     | 21.46 | 201   | 9.7  | 21.34 | 20.9  |
| ту9115-001<br>гост 2077-8       | Хлебный батон<br>Хлеб Бородинский                             | 300    | 62.32 | 630   | 19.5 | 16.3  | 103.8 |
|                                 |   | 50     | 4.32  | 116.9 | 4.5  | 1.15  | 23.5  |
|                                 |   | 25     | 1.58  | 57.5  | 1.4  | 0.27  | 12.35 |

### Напитки

|                         |   |             |               |             |      |      |             |
|-------------------------|---|-------------|---------------|-------------|------|------|-------------|
| №639 2004<br>Таб. 24 сб | Компот из сух.фрукты<br>Сок/ нектар 0.2 в | 200<br>1 шт | 8.70<br>31.25 | 119.3<br>40 | 0.59 | 0.08 | 25.81<br>12 |
|-------------------------|---|-------------|---------------|-------------|------|------|-------------|

|             |   |          |       |       |      |      |      |
|-------------|---|----------|-------|-------|------|------|------|
| 1994 г      | ассортименте<br>"ДЖАМПЕР" напитки<br>негазир. ароматиз. 0,33<br>л в ассорт. | 1 шт     | 43.70 | 45    |      |      | 11   |
|             | Холодный Чай в асс.<br>0.5 л Fruktomania                                    | 1шт.     | 35.00 | 1     |      |      | 0.2  |
|             | Напиток не газ.<br>"СЕНЕЖСКАЯ" 0,44<br>малина, лимон-мята                   | 1 шт     | 41.25 | 15    |      |      | 4.5  |
|             | Напиток б/а ТМ"Magic<br>fruit" (Мейджик фрукт)<br>0,43 в ассорт*            | 1 шт.    | 41.25 |       |      |      |      |
|             | Вода питьевая 0,5<br>без/газа   | 1шт.     | 36.25 |       |      |      |      |
|             | Молочный Коктейль<br>0,2 ФрутоНяня в ассор.                                 | 1 шт     | 33.83 | 65.7  | 2.7  | 2.1  | 9    |
|             | Пюре ФРУКТОKIDS<br>0.09   | 1шт.     | 39.05 | 199.7 | 0.2  | 0.1  | 11.5 |
| 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 | 6.37  | 62    | 0.13 | 0.02 | 15.2 |
|             | Чай Черный пакет б/с<br>2гр*  | 200      | 12.00 | 60    | 0.07 | 0.02 | 15   |
|             | Чай Зеленый пакет б/с<br>2гр*   | 200      | 12.00 | 60    | 0.07 | 0.02 | 15   |
|             | Чай Фруктовый пакет<br>б/с 2 гр*  | 200      | 12.00 | 60    | 0.07 | 0.02 | 15   |
|             | Сахар   | 15г.     | 2.28  |       |      |      |      |

### Комплекс 1 Завтрак

|                         |                            |        |       |        |       |       |       |
|-------------------------|----------------------------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|
| №239,331/<br>17 г.      | Тефтели рыбные/<br>минтай/ | 100/50 | 40.28 | 210    | 11.35 | 11.06 | 16.13 |
| 304/17 М.<br>табл.24/94 | Рис отварной               | 150    | 18.26 | 209.7  | 3.65  | 5.37  | 36.68 |
| ту 9115-00              | Огурец свежий              | 60     | 10.28 | 6.6    | 0.42  | 0.06  | 1.14  |
| 375/376/17              | Хлебный батон              | 46     | 3.95  | 105.21 | 4.05  | 1.035 | 21.15 |
|                         | Чай с сахаром              | 200/15 | 3.68  | 60     | 0.07  | 0.02  | 15    |
|                         | <b>Итого комплекс 1:</b>   | 621    | 76.45 | 591.51 |       |       |       |

### Комплекс 2 Завтрак

|                    |                            |          |       |       |       |       |       |
|--------------------|----------------------------|----------|-------|-------|-------|-------|-------|
| №239,331/<br>17 г. | Тефтели рыбные/<br>минтай/ | 100/50   | 40.28 | 210   | 11.35 | 11.06 | 16.13 |
| №304/17 М          | Рис отварной               | 180      | 21.88 | 251.6 | 4.38  | 6.44  | 44.02 |
| 564сб1994          | Помидор св.                | 40       | 8.81  | 9.6   | 0.44  | 8     | 0.56  |
| таблица            | Огурец свеж.               | 50       | 8.57  | 5.5   | 0.35  | 0.005 | 0.95  |
| ту9115-001         | Хлебный батон              | 49       | 4.22  | 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  |
|                    | <b>Итого комплекс 2:</b>   | 691      | 90.13 | 655.6 |       |       |       |

### Комплекс 3 Обед

|                          |  |       |        |        |       |       |       |
|--------------------------|--|-------|--------|--------|-------|-------|-------|
| №99/ 2017                | Суп из овощей                          | 200   | 13.38  | 76.2   | 1.27  | 3.99  | 7.32  |
| 290/330/17               | Птица тушен. в сметанном соусе / филе/ | 50/50 | 48.40  | 150    | 11.78 | 10.12 | 2.93  |
| 302/17 М.                | Каша пшеничная                         | 150   | 12.92  | 229.5  | 6.6   | 5.7   | 37.8  |
| Табл.24/94               | Помидор свеж.                          | 50    | 11.02  | 12     | 0.55  | 0.1   | 0.7   |
| таблица                  | Огурец свеж.                           | 50    | 8.57   | 5.5    | 0.35  | 0.005 | 0.95  |
| ту9115-001               | Хлебный батон                          | 39    | 3.33   | 93.52  | 3.6   | 0.92  | 18.8  |
| гост 2077-8              | Хлеб Бородинский                       | 25    | 1.58   | 57.5   | 1.4   | 0.27  | 12.35 |
| №349/17 М                | Компот из сухофрукты                   | 180   | 7.83   | 119.32 | 0.59  |       | 28.81 |
| <b>Итого комплекс 3:</b> |  | 794   | 107.03 | 743.54 |       |       |       |

### Комплекс 4 Обед

|                          |  |        |       |       |       |       |       |
|--------------------------|--|--------|-------|-------|-------|-------|-------|
| №99/ 2017                | Суп из овощей                          | 250    | 16.72 | 95.25 | 1.59  | 4.99  | 9.15  |
| 290/330/17               | Птица тушен. в сметанном соусе / филе/ | 50/50  | 48.40 | 150   | 11.78 | 10.12 | 2.93  |
| 302/17 М.                | Каша пшеничная                         | 180    | 15.50 | 329.4 | 7.7   | 12.42 | 44.6  |
| табл                     | Свекла отварн                          | 20     | 2.67  | 26.4  | 0.48  | 1.52  | 2.6   |
| ТУ9115-00                | Хлебный батон                          | 26     | 2.26  | 58.45 | 2.25  | 0.575 | 11.75 |
| Гост 2077-               | Хлеб Бородинский                       | 20     | 1.27  | 46    | 1.12  | 0.22  | 9.9   |
| 375/376/17               | Чай с сахаром                          | 180/13 | 3.31  | 54    | 0.05  | 0.015 | 13.5  |
| <b>Итого комплекс 4:</b> |  | 789    | 90.13 | 759.5 |       |       |       |

### Комплекс 5 Завтрак

|                          |                         |        |       |        |       |       |       |
|--------------------------|-------------------------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|
| №239,331/ 17 г.          | Тефтели рыбные/ минтай/ | 100/50 | 40.28 | 210    | 11.35 | 11.06 | 16.13 |
| 304/17 М.                | Рис отварной            | 150    | 18.26 | 209.7  | 3.65  | 5.37  | 36.68 |
| табл.24/94               | Огурец свежий           | 60     | 10.28 | 6.6    | 0.42  | 0.06  | 1.14  |
| ту 9115-00               | Хлебный батон           | 46     | 3.95  | 105.21 | 4.05  | 1.035 | 21.15 |
| 375/376/17               | Чай с сахаром           | 200/15 | 3.68  | 60     | 0.07  | 0.02  | 15    |
| <b>Итого комплекс 5:</b> |                         | 621    | 76.45 | 591.51 |       |       |       |

### Комплекс 6 Обед

|                          |  |       |        |        |       |       |       |
|--------------------------|--|-------|--------|--------|-------|-------|-------|
| №99/ 2017                | Суп из овощей                          | 200   | 13.38  | 76.2   | 1.27  | 3.99  | 7.32  |
| 290/330/17               | Птица тушен. в сметанном соусе / филе/ | 50/50 | 48.40  | 150    | 11.78 | 10.12 | 2.93  |
| 302/17 М.                | Каша пшеничная                         | 150   | 12.92  | 229.5  | 6.6   | 5.7   | 37.8  |
| Табл.24/94               | Помидор свеж.                          | 50    | 11.02  | 12     | 0.55  | 0.1   | 0.7   |
| таблица                  | Огурец свеж.                           | 50    | 8.57   | 5.5    | 0.35  | 0.005 | 0.95  |
| ту9115-001               | Хлебный батон                          | 39    | 3.33   | 93.52  | 3.6   | 0.92  | 18.8  |
| гост 2077-8              | Хлеб Бородинский                       | 25    | 1.58   | 57.5   | 1.4   | 0.27  | 12.35 |
| №349/17 М                | Компот из сухофрукты                   | 180   | 7.83   | 119.32 | 0.59  |       | 28.81 |
| <b>Итого комплекс 6:</b> |  | 794   | 107.03 | 743.54 |       |       |       |

### Комплекс 7 Завтрак

|                          |                         |          |       |       |       |       |       |
|--------------------------|-------------------------|----------|-------|-------|-------|-------|-------|
| №239,331/ 17 г.          | Тефтели рыбные/ минтай/ | 100/50   | 40.28 | 210   | 11.35 | 11.06 | 16.13 |
| №304/17 М                | Рис отварной            | 180      | 21.88 | 251.6 | 4.38  | 6.44  | 44.02 |
| 564сб1994                | Помидор св.             | 40       | 8.81  | 9.6   | 0.44  | 8     | 0.56  |
| таблица                  | Огурец свеж.            | 50       | 8.57  | 5.5   | 0.35  | 0.005 | 0.95  |
| ту9115-001               | Хлебный батон           | 49       | 4.22  | 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  |
| <b>Итого комплекс 7:</b> |                         | 691      | 90.13 | 655.6 |       |       |       |

## Комплекс 8 Обед

|                          |  |       |        |        |       |       |       |
|--------------------------|--|-------|--------|--------|-------|-------|-------|
| №99/ 2017                | Суп из овощей                          | 250   | 16.72  | 95.25  | 1.59  | 4.99  | 9.15  |
| 290/330/17               | Птица тушен. в сметанном соусе / филе/ | 50/50 | 48.40  | 150    | 11.78 | 10.12 | 2.93  |
| 302/17 М.                | Каша пшенная                           | 180   | 15.50  | 329.4  | 7.7   | 12.42 | 44.6  |
| Табл.24/94               | Помидор свеж.                          | 50    | 11.02  | 12     | 0.55  | 0.1   | 0.7   |
| таблица                  | Огурец свеж.                           | 50    | 8.57   | 5.5    | 0.35  | 0.005 | 0.95  |
| ту9115-001               | Хлебный батон                          | 39    | 3.36   | 93.52  | 3.6   | 0.92  | 18.8  |
| гост 2077-8              | Хлеб Бородинский                       | 25    | 1.58   | 57.5   | 1.4   | 0.27  | 12.35 |
| №349/17 М                | Компот из сухофрукты                   | 180   | 7.83   | 119.32 | 0.59  |       | 28.81 |
| табл.24/94               | Яблоко                                 | 100   | 13.20  | 47     | 10.4  | 0.4   | 19.8  |
| <b>Итого комплекс 8:</b> |  | 974   | 126.18 | 909.49 |       |       |       |

## Комплекс 9 Обед

|                          |  |       |        |        |       |       |       |
|--------------------------|--|-------|--------|--------|-------|-------|-------|
| №99/ 2017                | Суп из овощей                          | 200   | 13.38  | 76.2   | 1.27  | 3.99  | 7.32  |
| 290/330/17               | Птица тушен. в сметанном соусе / филе/ | 50/50 | 48.40  | 150    | 11.78 | 10.12 | 2.93  |
| 302/17 М.                | Каша пшенная                           | 150   | 12.92  | 229.5  | 6.6   | 5.7   | 37.8  |
| Табл.24/94               | Помидор свеж.                          | 50    | 11.02  | 12     | 0.55  | 0.1   | 0.7   |
| таблица                  | Огурец свеж.                           | 50    | 8.57   | 5.5    | 0.35  | 0.005 | 0.95  |
| ту9115-001               | Хлебный батон                          | 39    | 3.33   | 93.52  | 3.6   | 0.92  | 18.8  |
| гост 2077-8              | Хлеб Бородинский                       | 25    | 1.58   | 57.5   | 1.4   | 0.27  | 12.35 |
| №349/17 М                | Компот из сухофрукты                   | 180   | 7.83   | 119.32 | 0.59  |       | 28.81 |
| <b>Итого комплекс 9:</b> |  | 794   | 107.03 | 743.54 |       |       |       |

## Комплекс 10 Завтрак

|                           |                         |        |       |        |       |       |       |
|---------------------------|-------------------------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|
| №239,331/ 17 г.           | Тефтели рыбные/ минтай/ | 100/50 | 40.28 | 210    | 11.35 | 11.06 | 16.13 |
| 304/17 М.                 | Рис отварной            | 150    | 18.26 | 209.7  | 3.65  | 5.37  | 36.68 |
| табл.24/94                | Огурец свежий           | 60     | 10.28 | 6.6    | 0.42  | 0.06  | 1.14  |
| ту 9115-00                | Хлебный батон           | 46     | 3.95  | 105.21 | 4.05  | 1.035 | 21.15 |
| 375/376/17                | Чай с сахаром           | 200/15 | 3.68  | 60     | 0.07  | 0.02  | 15    |
| <b>Итого комплекс 10:</b> |                         | 621    | 76.45 | 591.51 |       |       |       |

Директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством