

"Согласовано"

4.0 Директор

Подпись

ФИО

МБОУ

№ 101

# Меню на 16.05.2024

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

## Холодные блюда

№6/Л.	Б-д с колб." Сервелат Финский"	20/25	18,68	139.5	4.77	7.43	13.34
5/294 М	Бутерброд с котлетой из птицы /лист	190/1	66,00	362	19.44	11.72	44.46
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай / филе пром./	50/50	37,08	173	5.8	8.3	14.83
№ 24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100/1/1	22,17	7.07	0.964	6.076	3.464
сб.2017г.	Салат из редиса	100/1/1	23,13	8.79	2.514	7.38	2.859
№ 30	Салат из редиса /яйцо,мас.рас.зел.л. сал./	100/1/1	17,28	13.93	2.4	7.6	13
75/М	Икра свекольная /зел. лист сал./	50/5/1	20,75	55	3.85	4.25	0.65
№250	Кабачки жареные /смет. зел./	100/1	19,70	98	3.2	7.8	3.2
сб.04Л.	Салат из красн.фасоли/						
Сб. 2004 г	зелень. лвк реп. лист	100	13,20	47	0.4	0.4	9.8
57	Яблоко	75	14,70	120.7	0.22	0.15	30.1
338 М	Яблоки печеные	30/10	14,84	67.6	8.26	0.04	15.48
674/Л.	Лимон с сахаром						
629/04 Л.							

## Первые блюда

88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем	250	12,96	89.75	2	4.3	10
---------	--------------------------------	-----	-------	-------	---	-----	----

## Вторые блюда

294,330/М	Биточки руб. из птицы / филе/соус	60/40	44,24	333.8	10.5	27.34	10.82
278/331 М	Тефтели ( 1 вариант) филе ц/б	80/25	45,27	296.67	14.93	22.26	8.8
Акт отрабо	Люля из птицы /филе/	100/20/5	71,08	248	15	14.2	14.4
№377	Рыба жареная / минтай филе	100	58,47	160	19.6	6.8	4.2
сб2004	Рыба жареная горбуша /филе/	100	66,39	160	9.3	6.8	14.2
377/04 Л.	Отбивная	110	120,26	252.2	24.2	23.8	14
Акт отрабо	нат.школьная с сыр						
07.09.202	из ф/ птицы/помид./						
2г.	Птица жареная/	100	68,65	184	24.18	17.09	0.04
293 М	бедро/						
381/1994	Котлета отбивная свин./косточ/	77/20	101,99	492.8	14.5	43.6	10.24

№392/М.	Пельмени отв. со сметаной	200/20	93,75	352	19.6	13	37.2
<b>Диетические</b>							
№ 54-3 м-2020 411/Л.	Голубцы Ленивые/ гов./соус см. том. Мясо говядина отварное	100/50 50	70,75 115,74	128.4 88.5	8.4 15.65	7.6 2.95	6.4
54-2т-Н, 327М 173/2017	Запеканка из творога с морков.с соус. мол. Каша мол.гречневая с/сах.	130/40 200/10	67,86 25,00	418.6 269	12.68 9.01	11.13 5.74	66.7 45.03
<b>Гарниры</b>							
171/302 М	Каша ячневая	150	11,72	182.5	4.8	4.4	30.8
310 М	Картофель отварной	150	25,05	142.35	2.86	4.32	23.01
304/17 М.	Рис отварной	150	19,13	209.7	3.65	5.37	36.68
<b>Мучные изделия</b>							
№398 сб.17г.М.	Блинчики с фруктовым фаршем	110/5	46,40	384	4.4	8.47	64.2
№413/М.	с маслом Пицца школьная	100	48,18	299	9.89	16.25	28.3
747/2004 Л	Сосиска запеч. в тесте	55/50	42,43	228	9.6	13.84	26.9
№850	Хачапури	75	53,61	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г. 418 сб2017	имеретинские Слойка с повидлом	100	22,42	333.3	3.17	11.79	50.72
Акт конт. пр.	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/ Слойка с маковой начинкой	110	39,03	357	7.59	10.27	58.62
05.10.23 г. Акт конт. пр.	Слойка с маковой начинкой	120	31,89	333.3	3.17	11.79	50.72
566/1973	Слойка с марципаном/ Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем	100	39,31	426	7.9	10.2	58.6
№408.471 /17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем	75	34,03	88	2.42	1.08	17.11
№768/04 Л	Булочка с орехами	100	29,54	357	7.9	10.2	58.6
774/2004	Булочка сдобная с помадой /ванильной/ Булочка с сыром	100	24,72	340	7.3	8.8	57.9
ТТК № 3 766/2004	Сдоба обыкновенная Пирожок печен.с	60	17,04	218	5.48	6.52	34.4
№738.758 №405,470 ,406 № 685/98г 5 ч №646 №687/ 685/фарш №741 сб 2004 №685,№6 87,№734 741/764/04 №793/2004 №806/2004 №572 /1973	капустой Пирожок печ. сд. с яблоками Пирожок печеный с курагой Пирожок печеный с мясом Ватрушка с конфитюром Пирожок печеный с творогом Ватрушка с творогом Кекс столичный Корж молочный Сочни из песочного теста	100 60 60 60 75 60 75 75 75 75 75 55	19,88 17,63 46,21 17,88 23,09 26,19 50,11 14,77 23,21	92 160 172 253 124.8 202 323 286 201	1.82 6.6 8.43 4.97 7.38 9.22 4.57 4.89 9.7	2.04 12 6.22 9.2 4.38 5.48 13.84 8.43 21.34	16.62 52 20.35 39.6 23.34 29.18 43.06 47.68 20.9

№573	Бисквитный пирог с	100	45,45	285	4.57	13.84	43.06
/1973г.	повидлом						
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-	пшеничный	50	4,60	116.9	4.5	1.15	23.5
ту9115-001	Хлебный батон						

### Напитки

491 П	Компот из ягод	200	10,02	114.6	0.16	0.16	27.88
	заморожен.						
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	200	12,00	60	0.07	0.02	15
	2гр*						
	Чай Зеленый пакет	200	12,00	60	0.07	0.02	15
	б/с 2гр*						
	Чай Фруктовый	200	12,00	60	0.07	0.02	15
	пакет б/с 2 гр*						
	Сахар	15г.	2,28	60			15

### Сладкие кондитерские изделия

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

### Напитки и соки

Гост	Вода питьевая 0,5	1шт.	36,25				
28188-	без/газа						
707/ 2004	Сок фруктовый "	1 шт.	31,25	88			
	Мой" 0,200						
Гост	"ДЖАМПЕР" напитки	1 шт	49,33	45			11
28188-	негазир. ароматиз.						
2014	0.33 л в ассорт.						
Гост	Напиток б/а	1 шт	49,81	30			7.6
28188-	ТМ"Magic fruit"						
2014	(Мейджик фрвт) 0.43						
	Напиток не газ.	1 шт	43,75	15			4.5
	"СЕНЕЖСКАЯ+мали						
	на						
	"Сенежская+лимон-						

Напиток негаз.  
"Холодный Чай "Т.3.  
Fruktomania 0,5л в  
ассортименте

1шт. 40,00 1

0.2

### Комплекс 1 Завтрак

54-2т-Н,	Запеканка из творога	130/40	55,90	418.6	12.68	11.13	66.7
327М	с морков.с соус. мол.						
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,67	93.52	3.6	0.92	18.8
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>	525	76,45	619.12			

### Комплекс 2 Завтрак

294,330/М	Биточки руб. из птицы / филе/соус	60/40	44,24	333.8	10.5	27.34	10.82
302/ 2017	Каша ячневая	180	14,06	246.4	5.51	8.87	33.7
табл.24/94	Огурец свежий	60	11,02	6.6	0.42	0.06	1.14
ту9115-001	Хлебный батон	43	3,93	93.52	3.6	0.92	18.8
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 2:</b>	698	90,13	787.32			

### Комплекс 3 Обед

88 М	Щи из св. капусты с картофелем	200	10,37	71.8	1.41	3.96	6.32
278/331 М	Тефтели ( 1 вариант) филе ц/б	80/25	45,27	296.67	14.93	22.26	8.8
310 М	Картофель отварной	150	25,05	142.35	2.86	4.32	23.01
табл.24/94	Огурец свежий	60	11,02	6.6	0.42	0.06	1.14
ту9115-001	Хлебный батон	39	3,57	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- 491 П	Компот из ягод заморожен.	200	10,02	114.6	0.16	0.16	27.88
	<b>Итого комплекс 3:</b>	774	107,03	774.156			

### Комплекс 4 Обед

88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем	250	12,96	89.75	2	4.3	10
№278	Тефтели ( 1 вариант) филе ц/б	60/40	37,87	222.5	11.2	16.7	6.6
.331 сб.М.	Рис отварной	180	22,92	251.6	4.379	6.44	4.0159
304 М	Свекла отв. дольками	30	3,14	39.6	0.72	2.28	3.9
54-28зН	Хлебный батон	27	2,49	70.1	2.7	0.69	14.1
ТУ9115-00	Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
Гост	Компот из ягод заморожен.	180	9,02	92.826	0.126	0.054	22.58
58161- 491 П	<b>Итого комплекс 4:</b>	787	90,13	814.992			

### Комплекс 5 Завтрак

54-2т-Н,	Запеканка из творога	130/40	55,90	418.6	12.68	11.13	66.7
327М	с морков.с соус. мол.						
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,67	93.52	3.6	0.92	18.8
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>	525	76,45	619.12			

**Комплекс 6 Обед**

88 М	Щи из св. капусты с картофелем	200	10,37	71.8	1.41	3.96	6.32
278/331 М	Тефтели ( 1 вариант) филе ц/б	80/25	45,27	296.67	14.93	22.26	8.8
310 М	Картофель отварной	150	25,05	142.35	2.86	4.32	23.01
табл.24/94	Огурец свежий	60	11,02	6.6	0.42	0.06	1.14
ту9115-001	Хлебный батон	39	3,57	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-491 П	Компот из ягод заморожен.	200	10,02	114.6	0.16	0.16	27.88
<b>Итого комплекс 6:</b>		774	107,03	774.156			

**Комплекс 7 Завтрак**

294,330/М	Биточки руб. из птицы / филе/соус	60/40	44,24	333.8	10.5	27.34	10.82
302/ 2017 М	Каша ячневая	180	14,06	246.4	5.51	8.87	33.7
табл.24/94	Огурец свежий	60	11,02	6.6	0.42	0.06	1.14
ту9115-001	Хлебный батон	43	3,93	93.52	3.6	0.92	18.8
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 7:</b>		698	90,13	787.32			

**Комплекс 8 Обед**

88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем	250	12,96	89.75	2	4.3	10
№278	Тефтели ( 1 вариант) филе ц/б	60/40	37,87	222.5	11.2	16.7	6.6
.331 сб.М.	Рис отварной	180	22,92	251.6	4.379	6.44	4.0159
304 М	Огурец свежий	60	11,02	6.6	0.42	0.06	1.14
табл.24/94	Хлебный батон	29	2,72	70.1	2.7	0.69	14.1
ТУ9115-00	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
Гост	Компот из ягод заморожен.	200	10,02	114.6	0.16	0.16	27.88
58161-491 П	Яблоко	140	18,48	65.8	0.56	0.56	13.7
табл.24/94	Булка домашняя	50	8,46	197	3.75	6.6	30.5
№769/2004		1029	126,18	1066.56			
<b>Итого комплекс 8:</b>							

**Комплекс 9 Обед**

88 М	Щи из св. капусты с картофелем	200	10,37	71.8	1.41	3.96	6.32
278/331 М	Тефтели ( 1 вариант) филе ц/б	80/25	45,27	296.67	14.93	22.26	8.8
310 М	Картофель отварной	150	25,05	142.35	2.86	4.32	23.01
табл.24/94	Огурец свежий	60	11,02	6.6	0.42	0.06	1.14
ту9115-001	Хлебный батон	39	3,57	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1,73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-491 П	Компот из ягод заморожен.	200	10,02	114.6	0.16	0.16	27.88
<b>Итого комплекс 9:</b>		774	107,03	774.156			

**Комплекс 10 Завтрак**

54-2т-Н,	Запеканка из творога	130/40	55,90	418.6	12.68	11.13	66.7
327М	с морков.с соус. мол.						
ту9115-001	Хлебный батон	40	3,67	93.52	3.6	0.92	18.8

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>		525	76,45	619.12			
<b>Комплекс 20 (диета)</b>							
54-2т-Н, 327М	Запеканка из творога с морков.с соус. мол. б/сах	130/40	54,63	418.6	12.68	11.13	66.7
Гост 58161- 375,377/17	Хлеб /йодир./ ржано- пшеничный	22	1,94	48.616	1.54	0.16	10.28
табл.24/94	Чай без сахара	200	1,40	2			0.5
	Яблоко	140	18,48	65.8	0.56	0.56	13.7
<b>Итого комплекс 20:</b>		532	76,45	535.016			
Ген.директор/Технолс	Калькулятор						Зав производством