

"Сотисово"
 Директор
Тюменская Т.А.
 Подпись ФИО

Меню на 15.11.2024

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. гор., лист сал.,зел./	100/1/1	21.18	125.1	1.4	10.1	7.29
47/17 М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./	100/1/1	26.33	84	1.3	5	8
75 М.	Икра свекольная /зел. лист сал./	100/1/1	18.27	13.93	2.4	7.6	13
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./	100	20.95	98	3.2	7.8	3.2
№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
629 Л.	Лимон с сахаром	30/10	11.33	67.6	8.26	0.04	15.48
674 Л.	Яблоки печеные	75	16.21	120.7	0.22	0.15	30.1

Первые блюда

96 сб	Рассольник	250	17.09	107.25	2.52	6.36	14.98
2017	ленинградский						

Вторые блюда

260/М.	Гуляш /свин./	50/50	53.43	309	10.64	28.19	2.89
294,330/М	Котлеты руб. из птицы / филе/соус	60/40	42.92	233	10.04	11.33	11.88
№377 /Л.	Рыба жареная / минтай филе/	100	49.63	160	19.6	6.8	4.2
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/	100	115.39	160	9.3	6.8	14.2
6/9/22 Акт	Люля из птицы /филе/	100/20/5	68.85	248	15	14.2	14.4
№392/ М.	Пельмени отв. со сметаной	200/20	97.85	352	19.6	13	37.2
496/04 Л.	Котлета из филе птицы паниров.	90	62.51	327	20.7	22.4	10
293 М	Птица жареная/ бедро/	100	68.76	184	24.18	17.09	0.04
№253 сб 2/	Тыква жареная /смет.	80/20	42.64	101	1.6	7.4	6.6
379/94г.	Эскалоп/свин./	85	111.41	343.15	17.1	52.6	

Диетические

290/330/М	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	53.25	150	11.78	10.12	2.93
129 сб 17	Капуста цветная отварная с маслом	100/5/1	58.55	44	1.42	3.36	2.11
М. 256/М.	Мясо тушеное/ говядина/	50/50	108.94	225	15.2	17.38	2.56
№358/Л.	Сырники из тв. сах. смет.	100/10/20	93.64	251	15.2	12.4	18.9
395 М.	Вареники с творожным фаршем	180/5	56.03	271	19.82	5.08	36.44
стр.247/Л.	Каша манная молоч. с/с,с/м	200/10/10	36.72	237	6.94	12.18	37.9

Гарниры

171/302 М	Каша пшеничная	150	14.78	221.25	6.32	4.5	38.85
171/302 М	Каша гречневая	150	17.09	243.75	8.6	6.1	38.64
171/302 М	Каша пшенная	150	14.40	229.5	6.6	5.73	37.88
147 М.	Картофель жаренный в кожуре п/ф	150	80.64	306	4.35	15.75	30.3

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	75	55.61	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	имеретинские						
418 сб2017	Слойка с повидлом	100	21.83	333.3	3.17	11.79	50.72
566/1973	Слойка с марципаном/	100	36.98	426	7.9	10.2	58.6
Акт конт. пр.	Слойка с молоком сгущенным вареным/	110	38.75	357	7.59	10.27	58.62
05.10.23 г.	шоколад. кокос/						
Акт конт. пр.	Слойка с маковой начинкой	120	31.86	333.3	3.17	11.79	50.72
	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	Сдоба обыкновенная	100	17.30	262	7.76	4.72	47.1
766/Л.	Булочка сдобная с помадой /шок. сах./	100	23.24	340	7.3	8.8	57.9
774/2004	Пирожок печеный с картофелем	60	10.44	153	3.91	4.7	23.75
685	Пирожок печеный с картошкой	60	17.15	160	6.6	12	52
,723,687	курагой						
№ 685/98г	Ватрушка с творогом	75	26.74	202	9.22	5.48	29.18
5 ч №646	Ватрушка с конфитюром	75	20.94	253	4.97	9.2	39.6
741/764/Л.	Пирожок печ. сд. с яблоками	100	19.72	92	1.82	2.04	16.62
741 Л.	Пирожок печеный с мясом	60	37.37	172	8.43	6.22	20.35
№405,470	Кекс столичный	75	50.80	323	4.57	13.84	43.06
,406/М.							
№687/							
685/фарш							
№793Л.							

№572 /1973	Сочни из песочного теста	55	23.10	201	9.7	21.34	20.9
№573 /1973г.	Бисквитный пирог с повидлом	100	39.05	285	4.57	13.84	43.06
Гост31806-Акт	Корж /п/ф/ Круассан с ветчиной и сыром	100	35.04	286	4.89	8.43	47.68
контр.прор	Круассан с шоколадной начинкой	135	92.04	388	15.62	12.28	53.5
Акт	Круассан с шоколадной начинкой	130	64.80	377.7	7.6	3.7	53.5
контр.прор	Слойка с фруктовой начинкой	90	62.40	286	7.6	3.7	53.5
Гост 31806-№685/699	Кулебяка с кваш. капустой	300	72.75	630	19.5	16.3	103.8
/725/1994г	Хлебный батон	50	4.48	116.9	4.5	1.15	23.5
ту9115-001	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1.73	48.616	1.54	0.16	10.28
Гост 58161-							
Напитки							
349 М	Компот из сух.фрукт	200	8.56	132.8	0.6	0.09	32
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 2гр*	200	12.80	60	0.07	0.02	15
	Чай Зеленый пакет б/с 2гр*	200	12.80	60	0.07	0.02	15
	Чай Фруктовый пакет б/с 2 гр*	200	12.80	60	0.07	0.02	15
	Сахар	15г.	2.21	60			15
Напитки и соки							
707/ Л.	Сок фруктовый "Мой" 0,200	200	35.00	88			
Гост 28188-	Вода питьевая 0,5 без/газа	1шт.	36.25				
	Напиток не газ. "Сенежская" в ассорт. 0.44 *	1 шт	46.25	15			4.5
	Напиток негаз. "Холодный Чай "Т.З. Fruktomania 0,5л в ассортименте	1шт.	42.50	1			0.2
Комплекс 1 Завтрак							
260 М	Гуляш (свинина)	40/50	42.71	278.1	9.58	25.37	2.6
171/302 М	Каша пшеничная	150	14.78	221.25	6.32	4.5	38.85
№78 Л	Икра свекольная	60	10.07	8.36	1.44	4.56	7.8
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.65	93.52	3.6	0.92	18.8
375,376/М.	Чай с лимоном	200/10/7	5.24	62	0.13	0.02	15.2
	Итого комплекс 1:	558	76.45	663.23			
Комплекс 2 Завтрак							
260/М.	Гуляш /свин./	50/50	53.43	309	10.64	28.19	2.89
302/М.	Каша пшеничная	180	17.70	265.5	7.56	5.45	46.62
№78 Л	Икра свекольная	60	10.07	8.36	1.44	4.56	7.8
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.69	93.52	3.6	0.92	18.8
375,376/М.	Чай с лимоном	200/10/7	5.24	62	0.13	0.02	15.2
	Итого комплекс 2:	598	90.13	738.38			
Комплекс 3 Обед							

96 сб	Рассольник	250	17.09	107.25	2.52	6.36	14.98
2017	ленинградский						
290/330/М	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	53.25	150	11.78	10.12	2.93
171/302 М	Каша гречневая	150	17.09	243.75	8.6	6.1	38.64
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.83	37.6	0.8	2	4.1
ТУ 9115-00	Хлебный батон	33	2.95	86.83	3.15	0.805	16.45
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 3:	813	107.03	806.846			

Комплекс 4 Обед

96 сб	Рассольник	250	17.09	107.25	2.52	6.36	14.98
2017	ленинградский						
294,330/М	Котлеты руб. из птицы / филе/соус	60/40	42.92	233	10.04	11.33	11.88
302/ М.	Каша пшеничная	180	17.28	275.4	7.92	6.88	45.45
45/М.	Салат из белокочанной	45	5.86				
ТУ9115-00	Хлебный батон	30	2.67	70.1	2.7	0.69	14.1
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1.73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-375,376/М.	Чай с сахаром	180/9	2.58	60	0.07	0.02	15
	Итого комплекс 4:	814	90.13	794.366			

Комплекс 5 Завтрак

260 М	Гуляш (свинина)	40/50	42.71	278.1	9.58	25.37	2.6
171/302 М	Каша пшеничная	150	14.78	221.25	6.32	4.5	38.85
№78 Л	Икра свекольная	60	10.07	8.36	1.44	4.56	7.8
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.65	93.52	3.6	0.92	18.8
375,376/М.	Чай с лимоном	200/10/7	5.24	62	0.13	0.02	15.2
	Итого комплекс 5:	558	76.45	663.23			

Комплекс 6 Обед

96 сб	Рассольник	250	17.09	107.25	2.52	6.36	14.98
2017	ленинградский						
290/330/М	Птица тушен. в сметанном соусе / филе/	50/50	53.25	150	11.78	10.12	2.93
171/302 М	Каша гречневая	150	17.09	243.75	8.6	6.1	38.64
54-27зН	Морковь отварная дольками	60	7.83	37.6	0.8	2	4.1
ТУ 9115-00	Хлебный батон	33	2.95	86.83	3.15	0.805	16.45
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 6:	813	107.03	806.846			

Комплекс 7 Завтрак

260/М.	Гуляш /свин./	50/50	53.43	309	10.64	28.19	2.89
302/М.	Каша пшеничная	180	17.70	265.5	7.56	5.45	46.62
№78 Л	Икра свекольная	60	10.07	8.36	1.44	4.56	7.8
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.69	93.52	3.6	0.92	18.8
375,376/М.	Чай с лимоном	200/10/7	5.24	62	0.13	0.02	15.2
	Итого комплекс 7:	598	90.13	738.38			

Комплекс 8 Обед

96 сб	Рассольник	250	17.09	107.25	2.52	6.36	14.98
2017	ленинградский						
294,330/М	Котлеты руб. из	60/40	42.92	233	10.04	11.33	11.88
	птицы / филе/соус						
302/ М.	Каша пшеничная	180	17.28	275.4	7.92	6.88	45.45
№47/17	Салат из кваш.	35	8.62	29.4	0.45	1.75	2.8
М.	капусты						
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.54	93.52	3.6	0.92	18.8
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-	20	1.73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-	пшеничный						
707/ Л.	Сок фруктовый "	200	35.00	88			
	Мой" 0,200						
	Итого комплекс 8:	825	126.18	875.186			

Комплекс 9 Обед

96 сб	Рассольник	250	17.09	107.25	2.52	6.36	14.98
2017	ленинградский						
290/330/М	Птица тушен. в	50/50	53.25	150	11.78	10.12	2.93
	сметанном соусе /						
	филе/						
171/302 М	Каша гречневая	150	17.09	243.75	8.6	6.1	38.64
54-27зН	Морковь отварная	60	7.83	37.6	0.8	2	4.1
	дольками						
ТУ 9115-00	Хлебный батон	33	2.95	86.83	3.15	0.805	16.45
Гост	Хлеб /йодир./ ржано-	20	1.73	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-	пшеничный						
495 П	Компот из смеси	200	7.09	132.8	0.66	0.09	32.01
	сухофруктов						
	Итого комплекс 9:	813	107.03	806.846			

Комплекс 10 Завтрак

260 М	Гуляш (свинина)	40/50	42.71	278.1	9.58	25.37	2.6
171/302 М	Каша пшеничная	150	14.78	221.25	6.32	4.5	38.85
№78 Л	Икра свекольная	60	10.07	8.36	1.44	4.56	7.8
ту9115-001	Хлебный батон	41	3.65	93.52	3.6	0.92	18.8
375,376/М.	Чай с лимоном	200/10/7	5.24	62	0.13	0.02	15.2
	Итого комплекс 10:	558	76.45	663.23			

Комплекс 11

№239	Тефтели рыбные	80/50	17.82	209.63	12.88	10.69	15.28
,331сб.	соус						8
202/309 М	Макаронны отварные	150	19.38	168.45	5.52	4.52	26.45
№52/17г	Салат из свеклы	60	7.41	55.6	0.84	3.6	4.95
	отварной						
ту9115-001	Хлебный батон	40	3.57	93.52	3.6	0.92	18.8
684/685/04	Чай с сахаром	180/13	1.99	54	0.05	0.015	13.5
	Итого комплекс 11:	573	50.17	581.2			

Комплекс 12

№99/ 2017	Суп из овощей	200	12.21	76.2	1.27	3.99	7.32
290/330/М	Птица тушен. в	50/50	53.25	150	11.78	10.12	2.93
	сметанном соусе /						
	филе/						
304 М.	Рис отварной	150	22.79	209.7	3.65	5.37	36.68
Т.24/1994	Огурец свеж.	30	5.10	3.3	0.21	0.03	0.21
ТУ9115-00	Хлебный батон	30	2.69	70.1	2.7	0.69	14.1
Гост 2077-	Хлеб Бородинский	25	-	57.5	1.4	0.27	12.35
№349/ М.	Компот из сухофрукты	180	7.70	119.32	0.54	0.081	28.81

338 М	Яблоко	100	15.00	47	0.4	0.4	9.8
	Итого комплекс 12:	815	118.74	733.12			
Комплекс 13							
№137 сб 2004г.	Суп картоф мясными фрикадельками	250/20	38.79	90	2	2.4	14.8
№377 /Л.	Рыба жареная / минтай филе/	100	49.63	160	19.6	6.8	4.2
312 М	Картофельное пюре	150	28.02	137.25	3.06	4.8	20.43
54-20зН	Зеленый горошек	60	23.28	39	1.8	1.8	3.6
ТУ9115-00	Хлебный батон	30	2.69	70.1	2.7	0.69	14.1
Гост 2077-1	Хлеб Бородинский	25	-	57.5	1.4	0.27	12.35
Акт контр. проработк	Кисель из ягод заморожен.	200	12.93	160	0.31		39.4
	Итого комплекс 13:	835	155.34	713.85			
Комплекс 14							
173/2017	Каша мол.гречневая с/м. с/с.	200/10/10	39.99	224	8.8	4.8	34.8
№413/М.	Пицца школьная	100	51.45	299	9.89	16.25	28.3
684,686 сб	Чай с лимоном	200/15/7	4.58	60	0.07	0.02	15
	Итого комплекс 14:	542	96.02	583			
Комплекс 15 Полдник							
204 сб 2017	Макароны отварные с сыром	150/20/5	50.29	256.86	10.6	10.85	28.86
67/17 М.	Винегрет овощ. / зел. лис. сал./	100/1/1	20.21	124	1.4	10.1	6.8
ТУ9115-00	Хлебный батон	29	2.63	70.1	2.7	0.69	14.1
375,376/М.	Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
	Итого комплекс 15:	516	76.00	510.96			
Комплекс 16 Полдник							
стр.247/04	Каша молочная геркулес с сах.	200/10	21.27	194	5.6	14.6	36
398 М.	Блинчики с фруктовым фаршем с маслом	110/4	52.15	384	4.4	8.47	64.2
375,376/М.	Чай с сахаром	180/9	2.58	60	0.07	0.02	15
	Итого комплекс 16:	513	76.00	638			
Комплекс 18 Полдник							
№413/М.	Пицца школьная	100	51.45	299	9.89	16.25	28.3
№ 24 сб.2017г.	Салат из свежих помидоров и огурцов зел.	100/1	19.51	85	0.9	7.1	3.9
ТУ9115-00	Хлебный батон	29	2.69	70.1	2.7	0.69	14.1
375/376/ М	Чай с сахаром	180/13	1.99	54	0.05	0.015	13.5
338 М	Яблоко	100	15.00	47	0.4	0.4	9.8
	Итого комплекс 18:	523	90.64	555.1			
Комплекс 19							
766/Л.	Сдоба обыкновенная	100	17.30	262	7.76	4.72	47.1
375,376/М.	Чай с лимоном	180/9/7	4.95	62	0.13	0.02	15.2
338/М.	Яблоко	130	19.50	61.1	0.52	0.52	12.74
	Итого комплекс 19:	426	41.75	385.1			
Комплекс 20 (диета)							
260 М	Гуляш (свинина)	40/50	42.71	278.1	9.58	25.37	2.6
171/302 М	Каша пшеничная	150	14.78	221.25	6.32	4.5	38.85

