

"Согласовано"
 Директор
 Подпись: *Коновалова О.М.*
 ФИО

Меню на 30.01.2025
Школа № 99
(Льготное питание ОБЗ)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Комплекс 5 Завтрак						
№315/596 Л. Запеканка из творога с рисом с/с мол. сладким	150/30	54.74	330	11.55	13.5	25.4
ту9115-001 Хлебный батон	39	3.84	47.9	3.6	0.92	11.8
375,376/М/ Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
338 /М Яблоко	100	15.00	47	0.4	0.4	9.8
Итого комплекс 5:	529	76.45	484.9			
Комплекс 6 Обед						
88 М Щи из св. капусты с картофелем	200	12.58	71.8	1.41	3.96	6.32
278/331 М Тефтели (1 вариант) филе ц/б	60/30	37.15	222.5	11.2	14.7	6.6
310 М Картофель отварной	150	32.62	148	5.86	4.32	23.01
54-28 з Н Свекла отварная дольками	60	7.41	61.9	0.9	0.1	3.2
ту9115-001 Хлебный батон	43	4.27	47.9	3.6	0.92	11.8
Гост Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201 ржано-пшеничный						
491/П. Компот из ягод заморожен.	200	11.01	114.6	0.16	0.16	27.88
Итого комплекс 6:	763	107.03	715.316			
Комплекс 7 Завтрак						
294,330/М Биточки руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	46.58	333.8	10.5	27.34	10.82
304/М. Рис отварной	180	30.72	251.6	4.379	6.44	44.015
таб 024 Свекла отварная дольками	50	6.18	51.5	1.15	0.05	5.85
сб. 1994 г.						
ту9115-001 Хлебный батон	38	3.78	47.9	3.6	0.92	11.8
375,376/М/ Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 7:	578	90.13	744.8			
Комплекс 8 Обед						
88/17М. Щи из св. капусты с картофелем	250	15.73	89.75	2	4.3	10
№278 .331 сб.М. Тефтели (1 вариант) филе ц/б	60/40	39.43	222.5	11.2	16.7	6.6
518/2004 Картофель отварной	180	39.15	199.8	3.6	7.38	29.16
149/П. Огурец солен.	50	14.99	65	0.4	0.05	0.85
ту9115-001 Хлебный батон	39	3.88	47.9	3.6	0.92	11.8
Гост Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201 ржано-пшеничный						
491/П. Компот из ягод заморожен.	200	11.01	114.6	0.16	0.16	27.88
Итого комплекс 8:	839	126.18	788.166			

Ген.директор/Технолог *О.М.* Калькулятор

Зав производством *О.М.*

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 30.01.2025

Школа № 99

(Льготное питание)

Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Комплекс 1 Завтрак						
№315/596 Л. Запеканка из творога с рисом с/с мол. сладким	150/30	54.74	330	11.55	13.5	25.4
ту9115-001 Хлебный батон	39	3.84	47.9	3.6	0.92	11.8
375,376/М/ Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
338 /М Яблоко	100	15.00	47	0.4	0.4	9.8
Итого комплекс 1:	529	76.45	484.9			
Комплекс 2 Завтрак						
294,330/М Биточки руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	46.58	333.8	10.5	27.34	10.82
304/М. Рис отварной	180	30.72	251.6	4.379	6.44	44.015
таб 024 Свекла отварная	50	6.18	51.5	1.15	0.05	5.85
сб. 1994 г. дольками						
ту9115-001 Хлебный батон	38	3.78	47.9	3.6	0.92	11.8
375,376/М/ Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 2:	578	90.13	744.8			
Комплекс 3 Обед						
88 М Ци из св. капусты с картофелем	200	12.58	71.8	1.41	3.96	6.32
278/331 М Тефтели (1 вариант) филе ц/б	60/30	37.15	222.5	11.2	14.7	6.6
310 М Картофель отварной	150	32.62	148	5.86	4.32	23.01
54-28 з Н Свекла отварная дольками	60	7.41	61.9	0.9	0.1	3.2
ту9115-001 Хлебный батон	43	4.27	47.9	3.6	0.92	11.8
Гост Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201 ржано-пшеничный						
491/П. Компот из ягод заморожен.	200	11.01	114.6	0.16	0.16	27.88
Итого комплекс 3:	763	107.03	715.316			
Комплекс 4 Обед						
88/17М. Ци из св. капусты с картофелем	250	15.73	89.75	2	4.3	10
№278 .331 сб.М. Тефтели (1 вариант) филе ц/б	60/40	39.43	222.5	11.2	16.7	6.6
302/ 2017 Каша ячневая	180	17.79	246.4	5.51	8.87	33.7
54-28 з Н Свекла отварная дольками	60	7.41	61.9	0.9	0.1	3.2
ту9115-001 Хлебный батон	50	4.91	116.9	4.5	6.15	16.5
Гост Хлеб /йодир./	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
58161-201 ржано-пшеничный						
375,376/М/ Чай с сахаром	200/10	2.87	60	0.07	0.02	15
Итого комплекс 4:	870	90.13	846.066			

Ген.директор/Технолог

Калькулятор

Зав производством

"Согласовано"

Директор

Подпись

ФИО

Меню на 30.01.2025

Школа № 99



Наименование блюда	Выход гр	Цена руб.	ЭЦ ккал	Белки	Жиры	Угле воды
Холодные блюда						
№6/Л.	Б-д с колб." Сервелат Финский"	20/25	22.38	139.5	4.77	7.43 13.34
5/294 М.	Бутерброд с котлетой из птицы /лист салата/	190/1	67.71	362	19.44	11.72 44.46
95,612 /Л.	Рыба жарен. под маринад. минтай / филе/	50/50	33.09	173	5.8	8.3 14.83
67/ М.	Винегрет овощ./зел. гор., лист сал.,зел./	100/1/1	23.18	125.1	1.4	10.1 7.29
572/2002	Салат овощной с мясом со см./филе сол.ог./	100/1	42.42	115.3	5.7	6.2 7.48
57/ Л.	Салат из красной фасоли/ зелень, лук реп./	100	21.91	98	3.2	7.8 3.2
47/М	Салат из кв.капусты /зел.лис. сал./	100/1/1	27.01	84	1.3	5 8
78/Л.	Икра свекольная /зелень/	100/1	18.94	13.93	2.4	7.6 13
17/ Л.	Салат из соленых огурцов с луком	100	30.75	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
338/М.	Мандарины	100	22.80	38	0.8	0.2 7.5
338/М.	Апельсины	100	22.80	43	0.9	0.2 8.1
674 /Л.	Яблоки печеные	75	17.11	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						
88/17М.	Щи из св. капусты с картофелем	250	15.73	89.75	2	4.3 10
Вторые блюда						
294,330/М	Биточки руб. из птицы / филе/соус смет.	60/40	46.58	333.8	10.5	27.34 10.82
377/04 Л.	Рыба жареная горбуша /филе/	100	115.75	160	9.3	6.8 14.2
Акт конт. прораб. от №278 .331 сб.М.	Котлета нат.рублен.из птицы / филе/	100	80.28	248	15	14.2 14.4
Акт кон.прор.о т 07.09.22г.	Тефтели (1 вариант) филе ц/б	60/40	39.43	222.5	11.2	16.7 6.6
293 /М.	Отбивная нат.школьная с сыром из птицы/томат/	110	125.94	103.78	24.2	23.8 14
293 М.	Птица жареная/ бедро/	100	71.57	184	24.18	17.09 0.04
293 М.	Птица жареная/голень/	100	71.57	184	24.18	17.09 0.04
№392/М.	Пельмени отв. со сметаной	200/20	106.04	352	19.6	13 37.2
381/1994	Котлета отбивная свин./косточ/	77/20	88.76	492.8	14.5	43.6 10.24
Диетические						
№ 54-3 м-2020	Голубцы Ленивые/ гов./соус см. том.	100/50	69.91	128.4	8.4	7.6 6.4
395 М.	Вареники с картофелем с маслом/п/ф/	180/5	51.61	271	19.82	5.08 36.44
395 М.	Вареники с творожным фаршем с маслом	180/5	63.48	368	21.59	12.41 42.43
156,385/П	Овощи отварные с рисом припущ./замороз./	200	56.50	195.8	5.4	5.2 29.6
156/П	Овощи отварные/фасоль стручковая/	100	43.45	75	3	2.6 10
54-2т-Н, 327М	Запеканка из творога с морков.с соус. мол.	130/40	86.45	418.6	12.68	11.13 66.7
411/Л.	Мясо говядина отварное	50	113.44	88.5	15.65	2.95
173/М.	Каша мол.гречневая с/сах.	200/10	25.48	269	9.01	5.74 45.03

Гарниры

310 М	Картофель отварной	150	32.62	148	5.86	4.32	23.01
171/302 М	Каша ячневая	150	14.82	182.5	4.8	4.4	17.8
304 М.	Рис отварной	150	25.63	209.7	3.65	5.37	36.68

Мучные изделия

№732 №73	Оладьи с конфитюром	100/30	35.86	280	7.3	7	45.8
№413/М.	Пицца школьная	100	55.55	299	9.89	16.25	28.3
747/ Л.	Сосиска запеч. в тесте	55/50	50.37	228	9.6	13.84	26.9
№850	Хачапури	75	62.08	346	13.9	28.17	36.78
сб.1997г.	имеретинские						
Акт конт. пр.	Слойка с молоком сгущенным вареным/ шоколад.кокос/	110	41.29	357	7.59	10.27	58.62
05.10.23 г.							
№408.471/ 17 М.	Пирожки печ. из прес.сл. теста с вишневым фаршем	75	43.04	88	2.42	1.08	17.11
774/Л.	Булочка сдобная с помадой /ванильной/	100	25.00	340	7.3	8.8	57.9
ТТК № 3	Булочка с сыром	60	17.82	218	5.48	6.52	34.4
766/Л.	Сдоба обыкновенная	100	20.40	262	7.76	4.72	47.1
№738.758/ Л.	Пирожок печен.с капустой	60	17.17	132	3.9	3.26	20.76
741 Л.	Ватрушка с конфитюром	75	25.13	253	4.97	9.2	39.6
№685, №687, №734 сб.	Пирожок печеный с творогом	60	29.02	124.8	7.38	4.38	23.34
№793Л.	Кекс столичный	75	60.18	323	4.57	13.84	43.06
Акт конр.прора	Круассан с ветчиной и сыром	145	104.04	388	15.62	12.28	53.5
Гост 58161-201 ту9115-001	Хлеб /йодир./ ржано-пшеничный	20	1.99	48.616	1.54	0.16	10.28
	Хлебный батон	50	4.95	116.9	4.5	6.15	16.5

Напитки

491/П.	Компот из ягод заморожен.	200	11.01	114.6	0.16	0.16	27.88
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

Гост 28188-201 707/ Л.	Вода питьевая 0,5 без/газа	1шт.	36.25				
	Сок фруктовый "Мой" 0,200	200	35.00	88			
Гост 28188-201 4	"ДЖАМПЕР" напитки негазир. ароматиз. 0,33 л в ассорт.	1 шт	59.94	45			11
	Напиток не газ. "Сенежская" в ассорт. 0,44 *	1 шт	46.25	15			4.5
	STOM Напиток чай черн/зел.с фрукт. вкусом в ассорт. 0,5	1шт.	64.23	35			9.1
ГОСТ 32105-201 3	lec tea Фрутомотив Чай чер/зел. с фрукт. в ассорт. 0,5л	1шт.	64.23	35			9.1

Ген. директор/Технолог

Калькулятор

Зав. производством