

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «СОШ №62»

5 октября 2023 г.

Директор, *Сидорова*
Согласовано
для

Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	----------	---------------------

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 90	Сырники из творога	50	30	8	5,3	11,2	123,9
ТТК 183	Компот из изюма	200	9,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	67	4	4,8	1,5	28,7	147,4
ИТОГО :		527	67,00	21,20	17,60	110,00	678,30

Комплекс на 90 руб

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	10,5	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
206	Сдоба с конфитюром	100	17	7,1	4	51,9	272
ИТОГО :		547	91,00	28,70	20,50	115,10	750,00

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 98	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	8	4,7	7,2	7,6	111,2
ТТК 418	Рагу из картофеля с кабачками	150	16	2	6,7	15,1	129,4
81/08	Фрикадельки "Петушок"	90	60	12,9	15,4	8,6	222,6
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	8,5	0,6	0	24,1	94,7
542/16	Булочка зерновая	50	3	4	1,6	24,8	129,3
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ИТОГО :		763	97,00	24,60	31,80	83,10	709,20

Завтрак

ТТК 90	Сырники из творога	100	43,5	15,9	10,7	22,5	247,8
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ИТОГО :		307	49,50	16,10	10,70	37,70	308,90

Завтрак 1

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	150	9,5	4,1	4,3	17,2	125
ТТК 222	Гулли из куриных грудок	60	36	8,8	3,5	2,6	77,4
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
773	Булочка Веснушка	40	4	3	2,5	22,6	124,8
ИТОГО :		457	55,50	16,10	10,30	57,60	388,30

Заведующий производством

Чепкасова

/ Чепкасова Рушания Зямилевна /

Ответственный за питание

Бегешев

/ Бегешев М. В. /