



МЕНЮ



МБОУ «СОШ №62»

9 ноября 2023 г.

Директор *А. А. [подпись]*
Согласовано

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

Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	15	7,2	7	24,8	192
196	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,5	9,7	32,3	251
ТТК 4	Яблоко	133	18,5	0,5	0	13	54,3
182	Кофейный напиток	200	10	2,3	1,6	16,2	86
ИТОГО :		618	67,00	18,50	18,30	86,30	583,30

Комплекс на 90 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	14,5	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 400	Котлета "Нежность"	90	59	15,2	10,5	8,2	188,5
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
210	Сырная палочка	50	14,5	3,2	5	19,4	137
ИТОГО :		497	94,00	21,80	23,80	64,60	575,60

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	10	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 462	Плов из свинины	250	71	20	17,1	45,2	428,6
ТТК 183	Компот из изюма	200	11	0,3	0	30,2	117
542/16	Булочка зерновая	50	5	4	1,6	24,8	129,3
ИТОГО :		710	97,00	26,00	24,40	107,80	760,40

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 20	Картофельное пюре	150	14,5	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 270	Котлета "Нежная"	40	34	7,8	4,9	4,7	93,3
ТТК 7	Батон	50	3	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		447	57,50	14,80	14,30	63,10	453,40

ИТОГО за день :		2 579	365,00	97,20	91,50	359,50	2 681,60
-----------------	--	-------	--------	-------	-------	--------	----------

Заведующий производством

Ответственный за питание

[Подпись]

/ Чепкасова Рушания Зямилевна /

/ Бегешев М. В. /