

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «СОШ №62»

12 октября 2023 г.

Директор

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 462	Плов из свинины	200	53,6	16	13,7	36,2	342,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
542/16	Булочка зерновая	59	5,9	4,7	1,9	29,3	152,5
ИТОГО :		516	67,00	21,30	16,50	83,60	578,40

Комплекс на 90 руб

ТТК 471	Макаронны с курицей	250	70,5	23	18,5	40,9	422
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
204	Шаньга с сыром	65	23,5	7,4	7,7	16,5	167
ИТОГО :		515	98,00	30,60	26,20	77,40	666,70

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 45	Огурец свежий	60	8,4	0,5	0	2	9,6
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	9	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 462	Плов из свинины	250	67	20	17,1	45,2	428,6
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 7	Батон	52	3,1	3,7	1,1	22,3	114,4
ИТОГО :		772	97,00	26,20	24,00	97,30	717,10

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

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Чепкасова Рушания Зямилевна /

/ Бегешев М. В. /