



МЕНЮ



МБОУ «СОШ №62»

13 октября 2023 г.

Директор *Айгульшифар*
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 27 | Каша рисовая молочная с маслом | 200/10 | 26 | 6,3 | 10,2 | 44,2 | 285,4 |
| Гот. изд. | Печенье сахарное "Творожное" | 50 | 21 | 4 | 8,4 | 32,3 | 220 |
| ТТК 16 | Какао с молоком | 200 | 17 | 3,6 | 2,7 | 22,9 | 127 |
| ТТК 7 | Батон | 50 | 3 | 3,6 | 1,1 | 21,4 | 110 |
| ИТОГО : | | 510 | 67,00 | 17,50 | 22,40 | 120,80 | 742,40 |

Комплекс на 90 руб

| | | | | | | | |
|----------------|-----------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 415/96 | Рис припущенный с томатом | 150 | 15,5 | 4 | 5,2 | 33 | 194,8 |
| ТТК 386 | Бефстроганов (мясо индейки) | 50/50 | 68,5 | 17,4 | 12,5 | 5,6 | 196,7 |
| ТТК 93 | Чай с лимоном | 200/7 | 6 | 0,2 | 0 | 15,2 | 61,1 |
| 373 | Булочка с кунжутом | 60 | 7 | 5,4 | 5,1 | 22,5 | 160 |
| ИТОГО : | | 517 | 97,00 | 27,00 | 22,80 | 76,30 | 612,60 |

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|----------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ТТК 83 | Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей | 200/12,5 | 13,5 | 5,1 | 3,9 | 15,1 | 117,7 |
| ТТК 58 | Горбуша в омлете | 100 | 52,5 | 18,1 | 13,9 | 3,1 | 209,6 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 150 | 14 | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 189 |
| ТТК 160 | Компот из изюма и кураги | 200 | 13 | 0,7 | 0 | 28,8 | 113 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 50 | 4 | 5,3 | 1,1 | 34,5 | 168,5 |
| ИТОГО : | | 713 | 97,00 | 32,40 | 27,20 | 103,30 | 797,80 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Заведующий производством

Ответственный за питание

Чепкасова
Демисев

/ Чепкасова Рушания Зямилевна /

/ / Демисев м.в.