



МЕНЮ



МБОУ «СОШ №62»

15 сентября 2023 г.

Директор *Андрей...*
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 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 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
430	Булочка Российская	60	7	4,3	5,1	36,4	209
ИТОГО :		527	66,50	20,60	21,20	102,70	684,00

Комплекс на 90 руб

ТТК 471	Макароны с курицей	250	66,5	23	18,5	40,9	422
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
206	Сдоба с конфитюром	100	16	7,1	4	51,9	272
ИТОГО :		557	88,50	30,30	22,50	108,00	755,10

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	10	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	54	13	16,4	11,1	244
ТТК 418	Рагу из картофеля с кабачками	150	19	2	6,7	15,1	129,4
ТТК 183	Компот из изюма	200	8,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	69	5,5	7,3	1,5	47,6	232,6
ИТОГО :		719	97,00	24,70	30,40	117,90	839,70

Полдник

ТТК 191	Каша гречневая вязкая	150	9,5	4,1	4,3	17,2	125
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	60	34	8,8	3,5	2,6	77,4
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	30	1,5	2,2	0,7	12,8	66
ИТОГО :		447	51,00	15,30	8,50	47,80	329,50

Заведующий производством

[Signature]

/ Чепкасова Рушания Зямилевна /

Ответственный за питание

[Signature]

/ Бегешев М. В. /