

ООО МАНГО



МЕНЮ



МБОУ «СОШ №62»

19 сентября 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 41	Макаронные изделия отварные с маслом	190	13,3	7	5,6	42,2	250,8
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	80	47,2	12,2	17,4	4,8	224,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
ИТОГО :		530	67,00	23,70	24,30	92,70	685,30

Комплекс на 90 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	13	3,2	8,3	21,8	189
81/08	Фрикадельки "Петушок"	100	63	14,3	17,1	9,5	247,3
ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
373	Булочка с кунжутом	60	9,5	5,4	5,1	22,5	160
ИТОГО :		510	105,50	22,90	30,50	81,20	706,30

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	16,5	5,1	3,9	15,1	117,7
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	59	15,2	21,8	6	281
ТТК 57	Рис припущенный	150	14	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
ИТОГО :		713	97,00	29,30	31,00	110,90	841,40

Полдник

ТТК 27	Каша рисовая молочная с маслом	200/10	27,5	6,3	10,2	44,2	285,4
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
0	Маффин фруктовый	70	16	0	0	0	
ИТОГО :		487	49,50	6,50	10,20	59,40	346,50

Заведующий производством

/ Чепкасова Рушания Зямилевна /

Ответственный за питание

/ Бегешев М. В. /