



МЕНЮ



МБОУ «СОШ №62»

22 сентября 2023 г.

Директор *А.И. Сидорова*

Согласовано _____



Помер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле- воды	Калорий- ность (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 29	Кисель витаминный	200	11	0	0	26,3	105,7
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		510	67,00	19,70	17,20	98,80	629,60

Комплекс на 90 руб

ТТК 462	Плов из свинины	250	66,5	20	17,1	45,2	428,6
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	27,30	21,10	112,30	761,70

Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 45	Огурец свежий	70	8,4	0,6	0	2,4	11,2
ТТК 100	Борщ из свежей капусты со сметаной и мясом индейки	200/12,5/ 10	22	5,2	6,9	10,5	124,3
ТТК 20	Картофельное пюре	170	14,7	3,6	9,3	24,6	214,2
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	36	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	12,5	0,7	0	28,8	113
ТТК 7	Батон	68	3,4	4,9	1,5	29,1	149,6
ИТОГО :		821	97,00	28,10	31,30	109,40	841,00

Завтрак

ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 29	Кисель витаминный	200	11	0	0	26,3	105,7
206	Сдоба с конфитюром	50	8	3,6	2	26	136
ИТОГО :		460	42,50	11,70	12,80	92,20	531,70

Заведующий производством *С. Сидорова* / Чепкасова Рушания Зямилевна /

Ответственный за питание *М. В. Бегешев* / Бегешев М. В. /