

ООО МАНГО



# МЕНЮ



МБОУ «СОШ №62»

27 сентября 2023 г.

Директор *А. В. ...*  
Согласовано  
документов

Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы*	Калорийность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	-----------	---------------------

### Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	13,5	7,2	7	24,8	192
196	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,5	9,7	32,3	251
ТТК 4	Яблоко	143	20	0,6	0	14	58,3
182	Кофейный напиток	200	10	2,3	1,6	16,2	86
ИТОГО :		628	67,00	18,60	18,30	87,30	587,30

### 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
0	Бисквит	35	17,5	0	0	0	
ИТОГО :		492	90,00	23,20	18,50	56,10	483,10

### Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	10	1,6	5,6	10,5	97,6
ТТК 20	Картофельное пюре	170	14,7	3,6	9,3	24,6	214,2
ТТК 479	Котлета из индейки	90	57,5	18,2	7,3	12	158,5
ТТК 110	Компот из яблок	200	9,5	0,2	0,1	25,4	99
542/16	Булочка зерновая	59	5,3	4,7	1,9	29,3	152,5
ИТОГО :		729	97,00	28,30	24,20	101,80	721,80

### Завтрак

196	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,5	9,7	32,3	251
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
0	Бисквит	35	17,5	0	0	0	
ИТОГО :		452	47,00	8,70	9,70	47,50	312,10

### Полдник

	Коктейль молочный "Топтыжка"	1	40	5,6	6,4	18,6	154
0	Бисквит	35	17,5	0	0	0	
ИТОГО :		36	57,50	5,60	6,40	18,60	154,00

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Чепкасова Рушания Зямилевна /

Ответственный за питание \_\_\_\_\_

/ Бегешев М. В. /