



# МЕНЮ



Школа №56

13 января 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

302	Каша пшеничная вязкая	200	10,6	6	8,1	33,3	237,3
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	80	37,6	17	6,8	14,4	185,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
542/16	Булочка зерновая	48	4,8	3,8	1,5	23,8	124,1
<b>ИТОГО :</b>		<b>578</b>	<b>67,00</b>	<b>27,80</b>	<b>17,50</b>	<b>101,40</b>	<b>680,20</b>

### Комплекс на 100 руб 1 смена

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/10	20,5	5	7,3	13,9	142,4
ТТК 20	Картофельное пюре	150	18	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	80	37,6	17	6,8	14,4	185,8
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	56	3,9	5,9	1,2	38,6	188,8
ТТК 188	Сок	200	20	0	0	27,4	110
<b>ИТОГО :</b>		<b>709</b>	<b>100,00</b>	<b>31,10</b>	<b>23,60</b>	<b>116,10</b>	<b>816,00</b>

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

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	12,5	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 114	Шницель рыбный натуральный (горб/минт)	90	60	16,1	8	9,3	192
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	5	4,75	0	3,7	0,1	33
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	13,2	6,6	5,3	40	237,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	51	3,55	5,4	1,1	35,2	171,9
<b>ИТОГО :</b>		<b>736</b>	<b>97,00</b>	<b>30,40</b>	<b>23,90</b>	<b>118,50</b>	<b>828,90</b>

### Комплекс ОВЗ 119,40 руб - льготное питание

302	Каша пшеничная вязкая	200	10,65	6	8,1	33,3	237,3
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	80	37,6	17	6,8	14,4	185,8
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	15,2	61,1
542/16	Булочка зерновая	46	4,6	3,7	1,5	22,8	118,9
ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	12,5	2,1	5,8	13,9	116,7
	Сок 0,2л	0	20	0	0	0	
359	Пицца с колбасой	95	27,55	5,9	7,9	4,9	114
<b>ИТОГО :</b>		<b>888</b>	<b>119,40</b>	<b>35,30</b>	<b>31,00</b>	<b>107,40</b>	<b>855,80</b>

### Бесплатное питание 67 руб

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	80	8,4	1,3	4	6,1	66,4
ТТК 20	Картофельное пюре	150	18	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	80	37,6	17	6,8	14,4	185,8
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
<b>ИТОГО :</b>		<b>370</b>	<b>67,00</b>	<b>25,80</b>	<b>20,40</b>	<b>68,00</b>	<b>573,20</b>

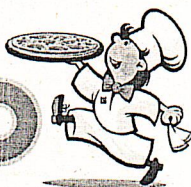
### Бесплатное питание 60 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	150	18	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	75	35,2	15,9	6,4	13,5	174,2
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	15,2	61,1





# МЕНЮ



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

### Обед детей 2 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	70	7,35	1,1	3,5	5,3	58,1
ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	19,5	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 51	Плов из птицы	250	56,5	18,3	14,1	50,4	406
ТТК 187	Компот из вишни	200	10,5	0,2	0	23,7	92
ТТК 7	Батон	63	3,15	4,5	1,4	27	138,6
<b>ИТОГО :</b>		<b>806</b>	<b>97,00</b>	<b>28,70</b>	<b>26,20</b>	<b>116,90</b>	<b>818,00</b>

### Комплекс на 100 руб 2 смена

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	19,5	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 51	Плов из птицы	250	56,5	18,3	14,1	50,4	406
ТТК 187	Компот из вишни	200	10,5	0,2	0	23,7	92
ТТК 7	Батон	46	2,3	3,3	1	19,7	101,2
0	Плюшка Московская с корицей	80	11,2	8,1	11,6	52,4	347,2
<b>ИТОГО :</b>		<b>799</b>	<b>100,00</b>	<b>34,50</b>	<b>33,90</b>	<b>156,70</b>	<b>1 069,70</b>

### Бесплатное питание 67 руб

ТТК 51	Плов из птицы	250	56,5	18,3	14,1	50,4	406
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	60	3	4,3	1,3	25,7	132
447	Огурец соленый (гарнировка)	25	4,5	0,2	2,5	0,4	2,8
<b>ИТОГО :</b>		<b>535</b>	<b>67,00</b>	<b>23,00</b>	<b>17,90</b>	<b>96,50</b>	<b>618,50</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / Ломаева Екатерина Александровна /

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ / Дашевский ДА