

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 17.03.2020 года

МАОУ "СОШ № 55"



"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	6,00	60	0,96	6,05	1,95	66,13	48/13
КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ	58,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	20,00	150	5,24	7,94	29,92	212,17	125/08
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	8,00	200	0,16	0,16	18,89	77,64	507/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :		<b>95,00</b>	21,43	24,57	73,77	602,02	
<b>КОМПЛЕКС 2</b>							
КАША ОВСЯННАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	20,00	200/5	7,12	8,98	29,65	227,91	266/13
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	12,00	200	2,16	2,55	26,78	138,71	500/13
СЛОЙКА (100)	23,00	100	7,36	10,79	58,56	360,79	572/13
БАТОН ПОРЦ.	5,00	40	3,00	11,60	20,56	198,64	111/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	35,00	200	0,90	0,20	8,10	37,80	112/13
Итого по подменю :		<b>95,00</b>	20,54	34,12	143,65	963,85	
<b>КОМПЛЕКС 3</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	6,00	60	0,83	6,05	4,84	77,13	59/13
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ С СОУСОМ	83,00	200/20	27,16	21,71	30,33	425,33	377/13
ЧАЙ С САХАРОМ	3,00	200			14,97	59,88	493/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :		<b>95,00</b>	30,27	28,00	64,90	632,66	
<b>ОБЕД 2</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	5,00	60	0,83	6,05	4,84	77,13	59/13
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	9,00	250	3,05	5,29	13,04	111,98	161/13
КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ	53,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	20,00	150	5,24	7,94	29,92	212,17	125/08
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	7,00	200	0,16	0,16	18,89	77,64	507/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	4,00	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,00	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/13
Итого по подменю :		<b>100,00</b>	28,21	30,44	110,73	829,78	

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Кулижникова О.А.

/КУЛИЖНИКОВА О.А./

Зав. производством О.А. Кулижникова

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 18.03.2020 года



**"Утверждаю"**

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ "СОШ № 55"

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ПОРЦ.	8,00	30	1,01	0,07	2,13	13,15	229/08
ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ, МАСЛОМ	60,00	180/5	17,32	36,80	3,53	414,55	305/13
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	8,00	200	0,68	0,28	24,63	103,76	519/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	16,00	60	4,75	8,12	37,81	243,34	564/13
Итого по подменю :							
	95,00		26,04	45,51	82,86	845,12	
<b>КОМПЛЕКС 2</b>							
ОГУРЕЦ СОЛЕНый ПОРЦ.	6,00	30	0,24	0,03	0,51	3,27	107/13
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ ИЗ МЯСА КУРЫ	57,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
КАРТОФЕЛЬ, ЖАРЕНный ИЗ ОТВАРНОГО	20,00	150	3,63	15,11	29,58	268,86	238/08
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	9,00	200	1,04	0,06	25,17	105,38	512/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :							
	95,00		19,98	25,62	78,27	623,59	
<b>КОМПЛЕКС 3</b>							
САЛАТ КАРТОФЕЛЬный С ЗЕЛЕНый ГОРОШКОМ	6,00	60	1,85	6,85	6,50	95,01	65/13
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	78,00	200	7,69	11,55	77,41	444,33	406/13
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	8,00	200	0,68	0,28	24,63	103,76	519/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :							
	95,00		12,50	18,92	123,30	713,42	
<b>ОБЕД 3</b>							
ОГУРЕЦ СОЛЕНый ПОРЦ.	6,00	50	0,40	0,05	0,85	5,45	107/13
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	13,00	200/5	2,66	10,13	12,10	150,23	128/13
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	36,00	80/5	15,58	0,89	0,35	71,68	332/13
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	20,00	150	4,74	6,25	29,13	191,75	174/13
СОК	18,00	200			23,00	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	5,00	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,00	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/13
Итого по подменю :							
	100,00		29,52	18,14	101,22	686,21	

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Кулижникова О.А. /КУЛИЖНИКОВА О.А./

Зав. производством О.А. //

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 19.03.2020 года



**"Утверждаю"**

**/КЫЧЕВА Е.Ю./**

МАОУ "СОШ № 55"

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ	68,00	150/30	35,99	10,01	42,45	403,87	313/13
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	7,00	200/7	0,06	0,01	15,18	61,04	494/13
БАТОН ПОРЦ.	5,00	40	3,00	11,60	20,56	198,64	111/13
СЫР ПОРЦИОН.	15,00	15	3,84	3,92		50,60	100/13

Итого по подменю : **95,00** 42,89 25,54 78,19 714,15

### КОМПЛЕКС 2

САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ ИЛИ	7,00	60	0,95	3,16	6,67	58,94	66/13
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	61,00	70/70	14,93	8,34	7,38	164,36	343/13
РИС ОТВАРНОЙ	17,00	150	3,81	6,15	40,01	230,66	414/13
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	7,00	200/7	0,06	0,01	15,18	61,04	494/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13

Итого по подменю : **95,00** 22,03 17,90 84,00 585,32

### КОМПЛЕКС 3

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	8,00	60	0,75	6,10	4,40	75,47	76/13
БИТОЧЕК КУРИНЫЙ	55,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	15,00	150	8,73	7,89	39,45	263,71	237/13
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	14,00	200	0,26	0,21	25,07	103,20	509/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13

Итого по подменю : **95,00** 24,81 24,62 91,93 688,46

### ОБЕД 1

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	6,00	60	0,76	6,05	4,11	73,95	53/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	18,00	250	11,08	5,09	19,89	169,68	150/13
КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ С СОУСОМ	40,00	80/20	15,15	15,92	7,61	234,36	411/13
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	15,00	150	8,73	7,89	39,45	263,71	237/13
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	14,00	200	0,26	0,21	25,07	103,20	509/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	5,00	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,00	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/13

Итого по подменю : **100,00** 42,12 35,98 131,92 1020,00

Директор  /ГУТУ А.Э./

Калькулятор  /КУЛИЖНИКОВА О.А./

Зав. производством  //

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 20.03.2020 года

**"Утверждаю"**

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ "СОШ № 55"

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	9,00	60	0,96	6,05	1,95	66,13	48/13
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65,00	70/50	21,80	23,20	5,88	263,78	367/13
КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	15,00	150	4,46	20,45	28,34	315,17	245/13
ЧАЙ (КАРКАДЕ) С САХАРОМ	3,00	200			14,97	59,88	493/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13

Итого по подменю : **95,00** 29,50 49,94 65,90 775,28

### КОМПЛЕКС 2

КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	50,00	80/5	9,34	18,19	0,16	201,73	102/13
КАПУСТА ТУШЕННАЯ	24,00	150	3,95	5,83	16,87	135,72	423/13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	8,00	200	0,67	0,03	32,97	134,82	508/13
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10,00	30/10	4,81	11,31	15,42	182,71	91/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13

Итого по подменю : **95,00** 21,05 35,60 80,18 725,30

### КОМПЛЕКС 3

КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	22,00	200/5	7,23	7,11	37,20	241,65	264/13
ЧАЙ (КАРКАДЕ) С САХАРОМ	3,00	200			14,97	59,88	493/13
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	30,00	100	16,90	3,97	44,55	281,48	541/13
БАТОН ПОРЦ.	5,00	40	3,00	11,60	20,56	198,64	111/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	35,00	200	0,90	0,20	8,10	37,80	112/13

Итого по подменю : **95,00** 28,03 22,88 125,38 819,45

### ОБЕД 1

САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	9,00	60	0,96	6,05	1,95	66,13	48/13
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	16,00	250/10	2,43	6,88	17,64	142,20	134/13
ГОРБУША, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	44,00	80	1,83	9,01	5,24	109,39	341/13
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	16,00	150/5	2,83	10,65	14,54	165,33	195/13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	8,00	200	0,67	0,03	32,97	134,82	508/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	4,00	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/13

Итого по подменю : **100,00** 14,90 33,56 105,75 784,69

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Кулижникова О.А. /КУЛИЖНИКОВА О.А./

Зав. производством О.А. //

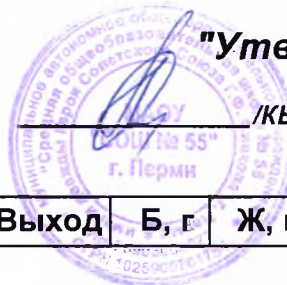
# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 30.03.2020 года

"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ "СОШ № 55"



Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>КОМПЛЕКС 1</b>							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	20,00	200/5	5,49	7,38	33,40	222,00	268/13
БАТОН ПОРЦ.	5,00	40	3,00	11,60	20,56	198,64	111/13
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	7,00	200/7	0,06	0,01	15,18	61,04	494/13
МАННИК	33,00	100	9,91	16,63	84,21	526,12	547/18
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	30,00	150	0,90	0,20	8,10	37,80	112/13
Итого по подменю :			19,36	35,82	161,45	1045,60	
<b>КОМПЛЕКС 2</b>							
САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ ИЛИ	4,00	60	0,95	3,16	6,67	58,94	66/13
КОТЛЕТА, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	61,00	80/5	16,12	11,52	12,72	219,04	381/13
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	20,00	150/5	2,83	10,65	14,54	165,33	195/13
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	7,00	200/7	0,06	0,01	15,18	61,04	494/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :			22,24	25,58	63,87	574,67	
<b>КОМПЛЕКС 3</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	7,00	60	0,86	3,05	5,02	50,97	50/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	51,00	80/5	15,17	6,42	8,05	150,67	345/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	20,00	150	3,18	6,68	21,66	159,45	429/13
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	14,00	200	0,26	0,21	25,07	103,20	509/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :			21,75	16,60	74,56	534,61	
<b>ОБЕД 3</b>							
САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ ИЛИ	4,00	60	0,95	3,16	6,67	58,94	66/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	13,00	250	11,08	5,09	19,89	169,68	150/13
ГОВЯДИНА, ТУШЕНАЯ С КАПУСТОЙ	60,00	210	26,48	54,12	24,69	635,51	365/13
СОК	17,00	200			23,00	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	4,00	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,00	30	2,34	0,42	11,19	57,90	109/13
Итого по подменю :			44,65	63,19	110,04	1131,23	

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Кулижникова О.А. /КУЛИЖНИКОВА О.А./

Зав. производством ///