

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 17.09.2019 года

"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ "СОШ № 55"

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
ЗАВТРАК 1							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И ОГУРЦА	6,00	60	0,81	6,05	2,14	66,26	5/13
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 :							
	95,00		21,28	24,57	73,96	602,15	
ЗАВТРАК 2							
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 С ПОВИДЛОМ (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 :							
	95,00		20,54	34,12	143,65	963,85	
ЗАВТРАК 3							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И ОГУРЦА	6,00	60	0,81	6,05	2,14	66,26	5/13
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 :							
	95,00		30,25	28,00	62,20	621,79	
ОБЕД 2							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	5,00	60	0,83	6,05	4,84	77,13	59/13
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	11,00	250	3,05	5,29	13,04	111,98	161/13
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	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
Итого по подменю :							
	105,00		25,87	30,02	99,54	771,88	

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор ЗАБУДСКАЯ Л.В. /ЗАБУДСКАЯ Л.В./

Зав. производством /// //

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 18.09.2019 года

"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ "СОШ № 55"

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
ЗАВТРАК 1							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ 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	
ЗАВТРАК 2							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	6,00	60	0,68	6,08	6,37	82,96	2/13
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ ИЗ МЯСА КУРЫ	57,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	20,00	150	4,74	6,25	29,13	191,75	174/13
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		21,53	22,81	83,68	626,17	
ЗАВТРАК 3							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	6,00	60	1,51	6,09	6,23	85,74	1/13
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		12,16	18,16	123,03	704,15	
ОБЕД 3							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	6,00	60	0,68	6,08	6,37	82,96	2/13
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	15,00	200/5	2,66	10,13	12,10	150,23	128/13
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	41,00	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
Итого по подменю :							
	105,00		27,46	23,75	95,55	705,82	

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор ЗАБУДСКАЯ Л.В. /ЗАБУДСКАЯ Л.В./

Зав. производством ///

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 19.09.2019 года

"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ "СОШ № 55"

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
ЗАВТРАК 1							
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

ЗАВТРАК 2

ОГУРЕЦ ПОРЦ.	7,00	30	0,21	0,03	0,57	3,39	106/13
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	61,00	70/70	1,10	7,56	7,38	101,99	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 7,46 13,99 77,90 467,40

ЗАВТРАК 3

ОГУРЕЦ ПОРЦ.	8,00	30	0,21	0,03	0,57	3,39	106/13
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 24,27 18,55 88,10 616,38

ОБЕД 1

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	6,00	60	0,73	10,08	1,92	101,33	18/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	20,00	250	11,08	5,09	19,89	169,68	150/13
КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ С СОУСОМ	45,00	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

Итого по подменю : 105,00 39,75 39,59 118,54 989,48

Директор  /ГУТУ А.Э./

Калькулятор  /ЗАБУДСКАЯ Л.В./

Зав. производством  //

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 23.09.2019 года

"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ "СОШ № 55"

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рец
ЗАВТРАК 1							
КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	20,00	200/5	5,22	11,31	28,31	235,94	260/13
КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (1-Й ВАРИАНТ)	12,00	200	3,71	3,83	24,68	148,03	498/13
СЛОЙКА СВЕРДЛОВСКАЯ	25,00	100	8,02	14,86	57,48	395,74	557/13
БАТОН ПОРЦ.	5,00	40	3,00	11,60	20,56	198,64	111/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	33,00	200	0,90	0,20	8,10	37,80	112/13

Итого по подменю : 95,00 20,85 41,80 139,13 1016,15

ЗАВТРАК 2

ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ПОРЦ.	9,00	30	1,01	0,07	2,13	13,15	229/08
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	80,00	200	22,78	15,61	19,27	308,69	369/13
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 : 95,00 26,07 15,92 51,13 452,04

ЗАВТРАК 3

ОГУРЕЦ ПОРЦ.	8,00	30	0,21	0,03	0,57	3,39	106/13
БИФШТЕКС НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ ПАРОВОЙ	47,00	80	17,45	10,55		164,76	371/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	17,00	150	3,18	6,68	21,66	159,45	429/13
СОК	20,00	200			23,00	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13

Итого по подменю : 95,00 23,12 17,50 59,99 489,92

ОБЕД 1

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ	6,00	60	0,69	6,05	5,44	78,93	61/13
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	17,00	200	1,92	5,20	9,40	92,06	142/13
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ С СОУСОМ	61,00	200/20	27,16	21,71	30,33	425,33	377/13
СОК	18,00	200			23,00	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13

Итого по подменю : 105,00 32,05 33,20 82,93 758,64

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор ЗАБУДСКАЯ Л.В. /ЗАБУДСКАЯ Л.В./

Зав. производством ИИ //