

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 24.09.2019 года

МАОУ "СОШ № 55"



"Утверждаю"

КЫЧЕВА Е.Ю./

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
ЗАВТРАК 1							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	8,00	60	0,68	6,08	6,37	82,96	2/13
БИТОЧЕК КУРИНЫЙ	54,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	20,00	150	5,64	6,27	36,01	223,07	291/13
НАПИТОК ИЗ ЯГОД	10,00	200	0,20	0,08	21,42	87,20	520/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :		95,00	21,59	22,85	86,81	639,31	
ЗАВТРАК 2							
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ С СОУСОМ	55,00	150/30	28,59	8,49	36,18	335,52	313/13
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	25,00	75	5,31	9,42	51,19	310,81	579/13
ЧАЙ С МОЛОКОМ	10,00	200	1,40	1,25	17,33	86,19	495/13
БАТОН ПОРЦ.	5,00	40	3,00	11,60	20,56	198,64	111/13
Итого по подменю :		95,00	38,30	30,76	125,26	931,16	
ЗАВТРАК 3							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	8,00	60	0,68	6,08	6,37	82,96	2/13
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЁЖИКИ" С СОУСОМ	54,00	70/30	11,11	14,74	12,52	227,14	390/13
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	20,00	150	4,74	6,25	29,13	191,75	174/13
НАПИТОК ИЗ ЯГОД	10,00	200	0,20	0,08	21,42	87,20	520/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :		95,00	19,01	27,39	84,20	659,37	
ОБЕД 1							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР	7,00	60	0,60	6,10	2,07	65,63	22/13
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	17,00	200/5	2,66	10,13	12,10	150,23	128/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	45,00	80/5	15,17	6,42	8,05	150,67	345/13
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	17,00	150	4,74	6,25	29,13	191,75	174/13
СОК	15,00	200			23,00	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	4,00	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/13
Итого по подменю :		105,00	26,97	29,30	98,95	767,48	

Директор Гуту А.Э.

Калькулятор ЗАБУДСКАЯ Л.В.

Зав. производством 11

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 25.09.2019 года



"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ "СОШ № 55"

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
ЗАВТРАК 1							
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	20,00	200/10	7,57	11,58	34,32	271,76	255/13
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	12,00	200	2,16	2,55	26,78	138,71	500/13
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	20,00	75	5,53	8,15	43,97	271,34	572/13
БАТОН ПОРЦ.	5,00	40	3,00	11,60	20,56	198,64	111/13
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦ)	8,00	10	0,05	8,25	0,08	74,77	105/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	30,00	150	0,90	0,20	8,10	37,80	112/13

Итого по подменю : 95,00 19,21 42,33 133,81 993,02

ЗАВТРАК 2

ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦ.	5,00	30	0,33	0,06	1,14	6,42	106/13
СУФЛЕ ИЗ КУР (100)	58,00	80	28,33	32,45	3,08	417,74	408/13
КАПУСТА ТУШЕННАЯ	24,00	150	3,95	5,83	16,87	135,72	423/13
ЧАЙ (КАРКАДЕ) С САХАРОМ	5,00	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 34,89 38,58 50,82 690,08

ЗАВТРАК 3

САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	6,00	60	0,99	6,05	5,78	81,50	4/13
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	54,00	80	6,62	3,82	33,58	195,22	346/13
РИС ОТВАРНОЙ	17,00	150	3,81	6,15	40,01	230,66	414/13
СОК	15,00	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 13,70 16,26 117,13 669,70

ОБЕД 1

ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦ.	5,00	30	0,33	0,06	1,14	6,42	106/13
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (200)	16,00	200	2,44	4,23	10,43	89,58	161/13
КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ	55,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	13,00	150	6,64	6,91	41,22	253,60	243/13
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	9,00	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
ХЛЕБ РЖАНОЙ	4,00	50	3,90	0,70	18,65	96,50	109/13

Итого по подменю : 105,00 28,54 22,48 113,34 769,82

Директор Гуту Анастасия Эдуардовна /ГУТУ А.Э./

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

Зав. производством А.В.

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 26.09.2019 года

МАОУ "СОШ № 55"



"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
ЗАВТРАК 1							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	8,00	60	1,51	6,09	6,23	85,74	1/13
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	51,00	80/5	9,39	22,94	0,21	244,86	102/13
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	25,00	150/20	9,60	9,54	36,78	271,40	124/08
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
Итого по подменю :							
	95,00		23,45	38,84	90,95	807,14	
ЗАВТРАК 2							
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	8,00	60	0,64	3,67	2,17	44,25	25
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	56,00	80	16,13	12,01	12,72	223,53	381/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	20,00	150	3,18	6,68	21,66	159,45	429/13
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
Итого по подменю :							
	95,00		22,90	22,63	84,28	632,37	
ЗАВТРАК 3							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	20,00	200/5	6,17	7,08	31,79	215,56	262/13
КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	12,00	200	3,53	2,95	25,00	140,65	496/13
РОГАЛИК С МАКОМ	22,00	75	7,07	14,42	46,97	345,95	322/08
БАТОН ПОРЦ.	5,00	40	3,00	11,60	20,56	198,64	111/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	36,00	220	0,90	0,20	8,10	37,80	112/13
Итого по подменю :							
	95,00		20,67	36,25	132,42	938,60	
ОБЕД 1							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	8,00	60	0,83	6,05	4,84	77,13	59/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	15,00	250/30	2,76	10,64	15,70	169,64	146/13
ГОВЯДИНА, ТУШЕНАЯ С КАПУСТОЙ	69,00	210	26,48	54,12	24,69	635,51	365/13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	8,00	200	0,67	0,03	32,97	134,82	508/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	5,00	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/13
Итого по подменю :							
	105,00		34,54	71,24	102,80	1134,30	

Директор

/ГУТУ А.Э./

Калькулятор

/ЗАБУДСКАЯ Л.В./

Зав. производством

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 27.09.2019 года

МАОУ "СОШ № 55"



"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
ЗАВТРАК 1							
ОГУРЕЦ ПОРЦ.	7,00	30	0,21	0,03	0,57	3,39	106/13
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	53,00	70/30	2,90	9,33	11,19	140,31	349/13
РИС С ОВОЩАМИ	25,00	150	3,44	12,53	34,00	262,59	548
НАПИТОК ИЗ ЯГОД	7,00	200	0,20	0,08	21,42	87,20	520/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	3,00	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/13
Итого по подменю :		95,00	10,55	22,37	91,78	610,69	
ЗАВТРАК 2							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	6,00	60	0,73	10,08	1,92	101,33	18/13
ПЕЧЕНЬ ГОВОЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59,00	70/40	19,07	16,64	6,89	253,58	398/13
КАРТОФЕЛЬ, ЖАРЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО	20,00	150	3,63	15,11	29,58	268,86	238/08
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	25,77	42,08	68,33	755,13	
ЗАВТРАК 3							
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ИЗЮМОМ	60,00	150/50	31,24	10,33	62,37	467,41	319/13
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	7,00	200/7	0,06	0,01	15,18	61,04	494/13
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	23,00	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
Итого по подменю :		95,00	51,20	25,91	142,66	1008,57	
ОБЕД 1							
ОГУРЕЦ ПОРЦ.	6,00	30	0,21	0,03	0,57	3,39	106/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	17,00	250	11,62	9,80	22,20	223,42	144/13
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	58,00	50/50	13,85	11,59	7,68	190,43	401/13
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	13,00	150	6,77	8,12	38,96	255,97	241/13
НАПИТОК ИЗ ЯГОД	7,00	200	0,20	0,08	21,42	87,20	520/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	4,00	50	3,80	0,40	24,60	117,20	108/13
Итого по подменю :		105,00	36,45	30,02	115,43	877,61	

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

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

Зав. производством ///

ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 30.09.2019 года

МАОУ "СОШ № 55"



"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
ЗАВТРАК 1							
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 : 95,00 19,36 35,82 161,45 1045,60

ЗАВТРАК 2

ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦ.	4,00	30	0,33	0,06	1,14	6,42	106/13
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 : 95,00 21,62 22,48 58,34 522,15

ЗАВТРАК 3

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 : 95,00 21,75 16,60 74,56 534,61

ОБЕД 3

ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦ.	4,00	30	0,33	0,06	1,14	6,42	106/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	15,00	250	11,08	5,09	19,89	169,68	150/13
ГОВЯДИНА, ТУШЕНАЯ С КАПУСТОЙ	65,00	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

Итого по подменю : 105,00 41,69 59,67 93,32 1020,81

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

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

Зав. производством /// //