

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 22.01.2019 года

"Утверждаю"

ЖЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ СОШ № 55

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>ЗАВТРАК 1</b>							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	8,00	60	0,68	6,08	6,37	82,96	2/13
БИТОЧЕК КУРИНЫЙ	52,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	12,00	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 : 85,00 21,59 22,85 86,81 639,31

### ЗАВТРАК 2

ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ С СОУСОМ	50,00	150/30	28,59	8,49	36,18	335,52	313/13
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	20,00	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 : 85,00 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	48,00	70/30	11,11	14,74	12,52	227,14	390/13
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	16,00	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 : 85,00 19,01 27,39 84,20 659,37

### ОБЕД 1

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦ.	7,00	40	0,32	0,04	0,68	4,36	107/13
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	15,00	250/5	2,66	10,13	12,10	150,23	128/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	40,00	80/5	15,17	6,42	8,05	150,67	345/13
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	14,00	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 : 95,00 26,69 23,24 97,56 706,21

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Мухамедшина Д.Ф. /Мухамедшина Д.Ф./

Зав. производством 11

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 23.01.2019 года



"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ СОШ № 55

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>ЗАВТРАК 1</b>							
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	18,00	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 (75)	15,00	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
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	27,00	150	0,90	0,20	8,10	37,80	112/13
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦ)	8,00	10	0,05	8,25	0,08	74,77	105/13

Итого по подменю : 85,00 19,21 42,33 133,81 993,02

### ЗАВТРАК 2

ОГУРЕЦ ПОРЦ.	5,00	30	0,21	0,03	0,57	3,39	106/13
СУФЛЕ ИЗ КУР (80)	50,00	80	28,33	32,45	3,08	417,74	408/13
КАПУСТА ТУШЕННАЯ	22,00	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 : 85,00 34,77 38,55 50,25 687,05

### ЗАВТРАК 3

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	6,00	60	1,85	6,85	6,50	95,01	65/13
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	46,00	80	6,62	3,82	33,58	195,22	346/13
РИС ОТВАРНОЙ	15,00	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 : 85,00 14,56 17,06 117,85 683,21

### ОБЕД 1

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	5,00	60	0,86	3,05	5,02	50,97	50/13
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (200)	14,00	200	2,44	4,23	10,43	89,58	161/13
КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУРЫ	50,00	80	12,79	10,18	8,25	175,76	412/13
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	10,00	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 : 95,00 29,07 25,47 117,22 814,37

Директор Гуту Анастасия Эдуардовна /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Мухамедшина Д.Ф. /Мухамедшина Д.Ф./

Зав. производством \_\_\_\_\_

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 24.01.2019 года

"Утверждаю"

/КЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ СОШ № 55



Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>ЗАВТРАК 1</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	8,00	60	0,76	6,05	4,11	73,95	53/13
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	46,00	80/5	9,39	22,94	0,21	244,86	102/13
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	20,00	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 : 85,00 22,70 38,80 88,83 795,35

### ЗАВТРАК 2

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ	8,00	60/20	4,05	8,39	6,37	117,16	1/13
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50,00	80	16,13	12,01	12,72	223,53	381/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	16,00	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 : 85,00 26,31 27,35 88,48 705,28

### ЗАВТРАК 3

КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	16,00	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	18,00	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 ПОРЦИОННЫЕ	34,00	220	3,30	1,10	46,20	207,90	112/13

Итого по подменю : 85,00 23,07 37,15 170,52 1108,70

### ОБЕД 1

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	8,00	60	0,76	6,05	4,11	73,95	53/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	12,00	250/30	2,76	10,64	15,70	169,64	146/13
ГОВЯДИНА, ТУШЕНАЯ С КАПУСТОЙ	62,00	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 : 95,00 34,47 71,24 102,07 1131,12

Директор Гуту /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Мухамедшина Д.Ф. /Мухамедшина Д.Ф./

Зав. производством ИИ //

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 25.01.2019 года

"Утверждаю"

ЖЫЧЕВА Е.Ю./

МАОУ СОШ № 55

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>ЗАВТРАК 1</b>							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННАЯ)	7,00	60	1,14	5,34	4,62	71,10	115/13
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	43,00	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.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	70,32	108/13
Итого по подменю :		85,00	9,96	27,52	85,99	631,52	
<b>ЗАВТРАК 2</b>							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	6,00	60	0,99	6,05	5,78	81,50	4/13
ПЕЧЕНЬ ГОВОЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	54,00	70/40	19,07	16,64	6,89	253,58	398/13
КАРТОФЕЛЬ, ЖАРЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО	15,00	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 :		85,00	26,03	38,05	72,19	735,30	
<b>ЗАВТРАК 3</b>							
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ИЗЮМОМ	55,00	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	18,00	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 :		85,00	51,20	25,91	142,66	1008,57	
<b>ОБЕД 1</b>							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦ.	6,00	40	0,32	0,04	0,68	4,36	107/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	17,00	250	11,62	9,80	22,20	223,42	144/13
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	51,00	50/50	13,85	11,59	7,68	190,43	401/13
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	10,00	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 :		95,00	36,56	30,03	115,54	878,58	

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Мухамедшина Д.Ф. /Мухамедшина Д.Ф./

Зав. производством ИИ

# ИП ГУТУ АНАСТАСИЯ ЭДУАРДОВНА

Меню на 28.01.2019 года



МАОУ СОШ № 55

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
<b>ЗАВТРАК 1</b>							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (200Г)	18,00	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	28,00	100	9,91	16,63	84,21	526,12	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	27,00	150	0,90	0,20	8,10	37,80	112/13
Итого по подменю :							
	85,00		19,36	35,82	161,45	1045,60	
<b>ЗАВТРАК 2</b>							
САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ ИЛИ	8,00	60	0,95	3,16	6,67	58,94	66/13
КОТЛЕТА, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	51,00	80/5	16,12	11,52	12,72	219,04	381/13
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	16,00	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 :							
	85,00		22,24	25,58	63,87	574,67	
<b>ЗАВТРАК 3</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	7,00	60	0,86	3,05	5,02	50,97	50/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	45,00	80/5	15,17	6,42	8,05	150,67	345/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	16,00	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 :							
	85,00		21,75	16,60	74,56	534,61	
<b>ОБЕД 3</b>							
ОГУРЕЦ ПОРЦ.	4,00	30	0,21	0,03	0,57	3,39	106/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	15,00	250	11,08	5,09	19,89	169,68	150/13
ГОВЯДИНА, ТУШЕНАЯ С КАПУСТОЙ	55,00	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 :							
	95,00		41,57	59,64	92,75	1017,78	

Директор Гуту А.Э. /ГУТУ А.Э./

Калькулятор Мухамедшина Д.Ф. /Мухамедшина Д.Ф./

Зав. производством ИИ