

Школа / гимназия / лицей № .....

5 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

Горячее бесплатное питание младшие							
№ 15/2015 г.	Сыр порциями	10	2,63	2,66	35		
№ 338/2015г	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	56		
№173/2015г	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/5	4,96	10,32	139		
ТТК 2019 г.	Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/20	3,91	3,37	147		
№ 382/2015 г	Какао с молоком	200	3,97	2,10	145		
	Батон	25	1,88	0,72	66		
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>62,10</b>	<b>17,83</b>	<b>19,65</b>	<b>81,16</b>	<b>588</b>



Директор

Калькулятор

Зав. производством



**ПОНЕДЕЛЬНИК**

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ткк 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ткк 2015 Яйцо под соусом "Переменка"	48/10		6,4	11,3	0,8	130
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	100		1,1	0,2	3,8	24
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
ткк 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	100		7,36	15,0	11,14	210
	<b>сред.</b>		<b>3,22</b>	<b>7,29</b>	<b>8,74</b>	<b>115</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
сб.1983 Суп гороховый с гренками, с мясными фрикадельками	250/10/11		10,5	7,0	24,31	202
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ткк 2020 Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,47	173
ткк 2019 Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,94	212
ткк 2022 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	80/5		25,3	24,14	0,411	321
ткк2020 Голень куриная в томатном соусе	100		24,5	25,4	2,22	337
	<b>сред.</b>		<b>19,80</b>	<b>18,62</b>	<b>3,26</b>	<b>261</b>
ткк2016 Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
ткк 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ткк2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/40		12,8	10,1	78	455
	<b>сред.</b>		<b>16,96</b>	<b>22,51</b>	<b>43,95</b>	<b>454</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
309/2015 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	<b>сред.</b>		<b>5,04</b>	<b>6,37</b>	<b>29,17</b>	<b>195</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ткк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
348/2015 Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	<b>сред.</b>		<b>0,50</b>	<b>0,04</b>	<b>19,28</b>	<b>80</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		1,89	0,3	14,13	75
	<b>Итого с самост.бл юдом-</b>	<b>73,00</b>				
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>				



Директор

Калькулятор

Зав. производством

