

с 20 по 25 сентября 2021 года

4 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК 20.09.21</b>							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№ 45/2015 г	Салат из белокочанной капусты	70		1,09	3,56	6,59	63
ТТК 2021г	Котлеты "Школьные" запеченные (п/ф)	90		11,43	7,29	9,60	155
№ 303/2015 г	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5		3,54	8,26	22,06	177
ТТК 2021г	Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>19,90</b>	<b>20,11</b>	<b>85,71</b>	<b>615</b>
<b>ВТОРНИК 21.09.21</b>							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№ 20/2015г	Салат из свежих огурцов	70		0,46	4,26	1,26	45
ТТК 2021г	Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/120		14,95	13,9	32,74	299
ТТК 2021г	Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>19,27</b>	<b>19,12</b>	<b>80,23</b>	<b>559</b>
<b>СРЕДА 22.09.21</b>							
Горячее бесплатное питание младшие							
№ 71/2015 г	Овощи натуральные свежие (помидоры)	70		0,77	1,92	2,66	15
Акт 2016 г	Соус мясной "СМАК"	90		11,3	10,37	21,9	207
№ 202/2015 г	Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,95	207
ТТК 2021г	Напиток с витаминами "Витошка"	200				14,55	59
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>20,04</b>	<b>18,82</b>	<b>86,40</b>	<b>603</b>
<b>ЧЕТВЕРГ 23.09.21</b>							
Горячее бесплатное питание младшие							
ТТК	Салат из моркови	70		0,74	7,05	10,90	111
ТТК 2020 г	Биточки рыбные из фарша минтая (п/ф)	90		12,5	5,87	21,56	178
№ 312/2015г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,32	8,28	22,06	179
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	200		0,012	0,001	10,18	41
	Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>19,85</b>	<b>20,64</b>	<b>87,46</b>	<b>604</b>
<b>ПЯТНИЦА 24.09.21</b>							
Горячее бесплатное питание младшие							
ТТК 2013 г	Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	70		0,90	7,06	2,53	78
ТТК 2021 г	Плов с говядиной	40/120		14,90	15,58	42,74	342
ТТК 2021 г	Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
	Хлеб ржано - пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
	Хлеб пшеничный	40		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>19,70</b>	<b>23,21</b>	<b>85,10</b>	<b>605</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



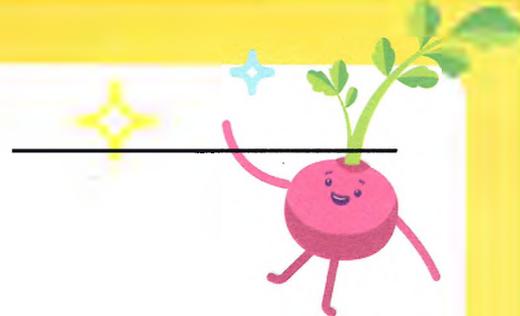


Многопрофильный

лицей №185



# Меню



4 -я неделя СЕНТЯБРЬ

С 20 по 25 сентября 2021 г

№ Сб.рек	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК 20.09.21</b>							
ттк 2013	Суп Любительский с мясными фрикадельками	200/22		5,52	5,40	15,30	132
	<b>Итого:</b>		16,00	5,52	5,40	15,3	132
<b>ВТОРНИК 21.09.21</b>							
1112004г	Борщ Сибирский с фрикадельками из птицы,со сметаной	200/22/5		5,70	6,8	10,70	128
	<b>Итого:</b>		16,00	5,70	6,80	10,7	128
<b>СРЕДА 22.09.21</b>							
103/2015	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясными фрикадельками п/ф	200/22		5,8	5,3	17,1	140
	<b>Итого:</b>		16,00	5,80	5,30	17	140
<b>ЧЕТВЕРГ 23.09.21</b>							
99/2015	Суп из овощей с фрикадельками из птицы,со сметаной	200/22/5		5,4	8,2	9,4	134
	<b>Итого:</b>		16,00	5,40	8,20	9,40	134
<b>ПЯТНИЦА 24.09.21.</b>							
97/2015	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/11		2,6	3,0	19,9	118
	<b>Итого:</b>		16,00	2,60	3,00	19,9	118

Директор  
 Калькулятор  
 Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



# Меню

с 20 по 25 сентября 2021 года

4 неделя (СЕНТЯБРЬ)

№ Сб.реп	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК 20.09.21</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>							
АКТ 2019	Печенье "Курабье бакинское"	2 шт/30		1,75	0,27	15,42	71
	Йогурт питьевой обогащенный 2,8 % (в ассортименте) ДМК	1шт/125		3,5	3,5	14,63	105
	<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>5,25</b>	<b>3,77</b>	<b>30,05</b>	<b>176</b>
<b>ВТОРНИК 21.09.21</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>							
АКТ 2019	Маффин лимонный	50		3,096	11,814	29,29	236
№ 389/2015г	Сок разливной 1 л (в ассортименте)	200		1	0,2	20,2	92
	<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>4,10</b>	<b>12,01</b>	<b>49,49</b>	<b>328</b>
<b>СРЕДА 22.09.21</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>							
Акт 2019 г	Эч - почмак с говядиной	100		10,24	10,02	34,44	271
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
	<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>10,30</b>	<b>10,03</b>	<b>42,58</b>	<b>305</b>
<b>ЧЕТВЕРГ 23.09.21</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>							
АКТ 2019	Печенье сдобное морковное	3 шт/45		3,52	1,23	32,12	154
	Йогурт питьевой обогащенный 2,8 % (в ассортименте) ДМК	1шт/125		3,5	3,5	14,63	105
	<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>7,02</b>	<b>4,73</b>	<b>46,75</b>	<b>259</b>
<b>ПЯТНИЦА 24.09.21</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>							
АКТ 2019	Пирог лимонник	50		3,41	10,02	20,54	187
№ 389/2015г	Сок разливной 1 л (в ассортименте)	200		1	0,2	20,2	92
	<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>4,41</b>	<b>10,22</b>	<b>40,74</b>	<b>279</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



4 - я неделя СЕНТЯБРЬ

с 20 по 25 сентября 2021г

№Сб. пер 1 день

Наименование блюд

выход стоимост. белки жиры углев. ККАЛ

**ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)**

338/2015	Плоды свежие (яблоки)	120	0,95	0,5	15,4	72
71/2015	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	24
ттк2016	Салат "Каприз" (помидоры, кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.)	75	2	9,03	4,24	108
	<b>сред.</b>		<b>1,35</b>	<b>3,23</b>	<b>7,80</b>	<b>68</b>

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

ттк 2019	Говядина тушёная	50/30	15,7	16,4	1,93	218
ттк2020	Ёжики мясные (п/ф) в томатном соусе	120/40	18,8	21,3	16,7	334
ттк 2019	Горбуша по-Московски	70/20	16,5	13,3	1,94	194
ттк2019	Грудка куриная запечённая с сыром, томатом	80/8	22,3	24,8	0,3	315
ттк 2019	Буритос с отварной курицей и сыром	190	19,1	34,0	31,4	512
	<b>сред.</b>		<b>18,34</b>	<b>19,0</b>	<b>5,23</b>	<b>265</b>

**ГАРНИРЫ**

303/2015	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,1	171
ттк 2016	Картофель запечённый (с паприкой)	120	2,34	5,5	18,9	135
	<b>сред.</b>		<b>3,27</b>	<b>5,6</b>	<b>22,52</b>	<b>153</b>

**НАПИТКИ**

ттк2021	Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ттк 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	2,42	0,1	26,6	108
	<b>сред.</b>		<b>1,21</b>	<b>0,03</b>	<b>17,30</b>	<b>70</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный

15/15		1,89	0,3	14,1	68
Итого с					
самост. бл	73,00	23,59	37,5	70,6	718
юдом-					
Итого-	73,00	26,06	28,0	67,0	624

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



# Многопрофильный

лицей №185

# Меню

24.09.21



№Сб. день 2 день

## Наименование блюд

### ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

№	Наименование	выход	стоим.	белки	жиры	углещ.	ККАЛ
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	100		0,8	0,4	12,8	61
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100		0,7	0,1	1,9	1
84/2013	Салат Пёстрый (свекла, яблоки, сахар, масло раст), яйцо варёное 0,5шт	100/0,5шт		4,5	9,6	7	13
	<b>сред.</b>		<b>2,00</b>	<b>3,36</b>	<b>7,23</b>	<b>67</b>	

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ттк 2020	Фрикассе из куриных грудок	70/50		14	17,8	3,71	23
ттк 2020	Бифштекс рубленый по-домашнему п/ф помидоры свеж. доп. гарнир	90/70		13,7	13,4	8,9	20
ттк 2016	Горбуша запечённая с сыром (филе)	75/8		18,8	11,9	2,5	19
ттк 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	5шт/175/35		47,3	13,5	51,4	52
	<b>сред.</b>		<b>15,50</b>	<b>14,4</b>	<b>5,04</b>	<b>21</b>	

### ГАРНИРЫ

202/2015	Макароны отварные (с маслом сливочным)	180		6,77	5,4	43,1	24
139/2015	Капуста тушёная	180		4,3	7,4	18	15
	<b>сред.</b>		<b>5,54</b>	<b>6,4</b>	<b>30,57</b>	<b>20</b>	

### НАПИТКИ

ттк 2021	Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,06	0,0	8	3
ттк 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200		2,42	0,1	26,6	10
	<b>сред.</b>		<b>1,24</b>	<b>0,04</b>	<b>17,30</b>	<b>7</b>	

	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	25/25		3,15	0,5	23,6	11
	<b>Итого с</b>						
	<b>самост.бл</b>	<b>73,00</b>	<b>53,69</b>	<b>17,3</b>	<b>99,5</b>	<b>77</b>	
	<b>юдом-</b>						
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>27,42</b>	<b>24,6</b>	<b>83,7</b>	<b>66</b>	

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



№Сб. реп 3-ий день

Наименование блюд

**ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)**

Код	Наименование	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,95	0,5	15,4	72	
ткк2016г	Огурцы,помидоры свежие с маслом	45/45/10	0,81	10,1	2,6	106	
ТТК	Салат "Успех" (огурцы свеж ,яйцо,сыр, соус переменка)	80	3,6	6,0	1,5	74	
	<b>сред.</b>		<b>1,79</b>	<b>5,5</b>	<b>6,49</b>	<b>84</b>	

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

ткк 2019	Котлеты "Школьные" (п/ф), помидоры свежие - доп.гарнир	90/80	11,4	10,9	9,6	181
ткк 2019	Цыплята запечённые (с томатом),огурцы свежие- доп.гарнир	100/50	32	30,1	0,98	404
ткк2019	Говядина со стручковой фасолью	40/40	12,5	17,3	3,2	219
ткк 2019	Горбуша тушёная с овощами (филе)	70/25	14,7	6,8	2,2	129
ткк2018	Блинчики (п/ф) со сгущённым молоком	5шт/225/50	14,6	10,9	86,4	503
	<b>сред.</b>		<b>17,65</b>	<b>16,3</b>	<b>4,00</b>	<b>233</b>

**ГАРНИРЫ**

ткк№52г	Пюре картофельное	180	4,13	5,5	25,7	173
ткк2020	Рис отварной с овощной смесью(мексикан.смесь с красной фасолью)	180	6,4	8,0	52	303
	<b>сред.</b>		<b>5,27</b>	<b>6,75</b>	<b>38,85</b>	<b>238</b>

**НАПИТКИ**

ткк 2021	Чай чёрный,зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ткк 2021	Компот из свежих плодов (яблоки)	200				
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>4,00</b>	<b>16</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 25/25 3,15 0,5 23,6 114

**Итого- 73,00 27,86 29,0 76,9 685**  
**Итого с самост.бл 73,00 19,53 16,9 120,4 717**  
**юдом-**

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

# Меню

№Сб. пер 4 день

Наименование блюд

## ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,95	0,5	15,4	72	
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	1,1	0,2	3,8	24	
67/2015 Винегрет овощной	130	1,6	13,2	9,3	164	
<b>сред.</b>		<b>1,22</b>	<b>4,62</b>	<b>9,49</b>	<b>87</b>	

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ттк 2019 Гуляш из филе грудок индейки	55/50	11,3	16,8	2,5	207
ттк2016 Горбуша запечённая с сыром,соусом Переменка	70/8/8	18,3	15,8	2,8	226
265/2015 Плов с говядиной,(огурец свежий -доп.гарнир)	50/150/30	18,8	21,3	40,1	430
ттк 2019 Буритос с отварной курицей и сыром	190	19,1	34,0	31,4	512
<b>сред.</b>		<b>14,80</b>	<b>16,3</b>	<b>2,65</b>	<b>217</b>

## ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,1	171
199/2015 Пюре гороховое	200	17,8	6,1	37,2	275
<b>сред.</b>		<b>11,02</b>	<b>5,85</b>	<b>31,65</b>	<b>223</b>

## НАПИТКИ

ттк 2021 Чай пакетированный с сахаром,лимоном	200/8/7	0,06	0,0	8	34
ттк2021 Напиток из шиповника	200	0,01	0,0	10,2	41
<b>сред.</b>		<b>0,04</b>	<b>0,01</b>	<b>9,09</b>	<b>37</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	20/20	2,52	0,4	18,8	91
--------------------------------------	-------	------	-----	------	----

<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>29,59</b>	<b>27,1</b>	<b>71,71</b>	<b>654</b>
<b>Итого с</b>					
<b>самост.бл</b>	<b>73,00</b>	<b>22,74</b>	<b>32,6</b>	<b>73,16</b>	<b>686</b>
<b>юдом-</b>					

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



№Сб. раз 5 день

Наименование блюд

**ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)**

	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,8	0,4	12,8	60
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	100		0,7	0,1	1,9	11
53/2013 Салат Витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар), яйцо варёное 0,5шт	100/0,5шт		4,5	8	11,4	137
	<b>сред.</b>		<b>2,00</b>	<b>2,8</b>	<b>8,70</b>	<b>69</b>

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

ттк 2015 Горбуша запечённая , зелёный горошек- доп. гарнир	80/10		16,8	10	3,5	171
ттк 2020 Бифштекс рубленый по-домашнему п/ф, помидоры свеж. доп. гарнир	90/70		13,7	13,4	8,9	208
ттк 2019 Шашлычок из куриной грудки (со сметаной)	90		19,1	22,4	1,9	351
ттк 2017 Сырники "Классические" (п/ф) со сгущённым молоком	5шт/175/35		47,3	13,5	51,4	525
	<b>сред.</b>		<b>16,55</b>	<b>15,3</b>	<b>4,77</b>	<b>243</b>

**ГАРНИРЫ**

304/2015 Рис отварной	180		4,3	6,5	44,5	253
541/2004 Рагу овощное	180		3,3	8,8	19,9	173
ттк 2020 Овощная смесь отварная (Европейская )	50		1,8	1,65	4,4	40
	<b>сред.</b>		<b>3,13</b>	<b>5,65</b>	<b>22,94</b>	<b>155</b>

**НАПИТКИ**

ттк 2021 Чай чёрный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ттк 2021 Напиток витаминный "Витошка"	200				14,6	59
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,28</b>	<b>46</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	20/30		3,28	0,4	23,8	115
<b>Итого с</b>						
<b>самост. бл</b>	<b>73,00</b>	<b>52,58</b>	<b>16,8</b>	<b>95,14</b>	<b>754,78</b>	
<b>юдом-</b>						
<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>24,96</b>	<b>24,2</b>	<b>71,44</b>	<b>628</b>	

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Многопрофильный  
лицей №185

№Сб. рел 6 день  
СУББОТА

# Меню

25.09.21

## ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	130	1,03	0,5	16,6	78
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры) с маслом	100/10	1,1	10,2	3,8	114
ТТК2018 Бутерброд с сыром (батон)	40/20	8,3	6,5	20,6	175
	сред.	4,67	3,5	18,60	126

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные (п/ф)	90	16,5	16,0	6,57	234
	сред.	16,46	16,0	6,57	234

## ГАРНИРЫ

202/2015 Макароны отварные (с м/сливоч)	180	6,69	6,0	42,6	251
	сред.	6,69	6,0	42,57	251

## НАПИТКИ

389/2015 Сок в ассортименте разливной 1л	200	1	0,2	20,2	92
	сред.	1,00	0,2	20,20	92

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 25/25 3,15 0,5 23,6 114

Итого- 73,00 31,97 26,2 111,5 817,50

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn