



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 66,76 руб

с 02 по 07 сентября, с 16 по 21 сентября, с 30 сентября по 05 октября, с 14 по 19 октября с 28 октября по 02 ноября 2024 г.

1 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2012 | 41п | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 60 | | 4,05 | 0,67 | 6,54 | 65,92 |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5 | | 5,51 | 5,61 | 35,90 | 215,73 |
| 2011 | 227 ГП | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В СОУСЕ | 60/40 | | 4,49 | 10,46 | 1,76 | 89,44 |
| 2011 | 377 | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ | 185/10/5 | | 0,00 | 0,14 | 10,03 | 41,55 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 14,35 | 19,73 | 72,75 | 500,79 |

2 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|-------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(С МАСЛОМ) | 60 | | 3,65 | 0,84 | 4,95 | 55,99 |
| 2011 | 291п | ГРЮВ ИЗ КУРИЦЫ | 200 | | 13,51 | 18,11 | 41,30 | 350,97 |
| 2011 | 388 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | | 0,20 | 0,49 | 21,55 | 99,38 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| 2008 | 338 | ЯБЛОКО | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 18,14 | 22,77 | 98,08 | 656,89 |

3 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2008 | 35 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | | 3,05 | 0,93 | 3,93 | 47,46 |
| 2008 | 324 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5 | | 5,15 | 4,42 | 19,98 | 143,83 |
| 2011 | 270 п | БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ | 60/30 | | 6,93 | 9,60 | 10,68 | 143,67 |
| 2011 | 377 | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ | 185/10/5 | | 0,01 | 0,15 | 10,03 | 41,60 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 15,44 | 17,95 | 63,14 | 464,71 |

4 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2012 | 41п | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 60 | | 4,05 | 0,67 | 6,55 | 65,99 |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5 | | 5,51 | 5,61 | 35,90 | 215,73 |
| 2011 | 295 п | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ | 60/40 | | 6,81 | 9,69 | 9,82 | 137,68 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 195/5 | | 0,00 | 0,10 | 5,19 | 21,15 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| 2008 | 338 | ЯБЛОКО | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 17,15 | 19,40 | 87,74 | 585,10 |

5 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2008 | 39 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ | 60 | | 5,87 | 0,83 | 3,89 | 72,26 |
| 2011 | 269 п | РАДУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | | 6,39 | 17,70 | 21,40 | 211,67 |
| 2011 | 349 | КОМПЮТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | 2,13 | 1,24 | 23,37 | 117,46 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 14,69 | 22,62 | 67,18 | 489,54 |

6 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 60 | | 0,12 | 0,66 | 2,28 | 14,40 |
| 2008 | 323 | КАША ПШЕННАЯ РАССЫПАЧАЯ С МАСЛОМ | 150/5 | | 4,94 | 4,01 | 24,42 | 158,17 |
| 2011 | 295 п | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ | 60/40 | | 6,81 | 9,69 | 9,82 | 137,68 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | 2,79 | 3,40 | 14,56 | 96,09 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 14,96 | 20,61 | 69,62 | 496,19 |



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 66,76 руб.
с 09 по 14 сентября, с 23 по 28 сентября, с 07 по 12 октября, с 21 по 26 октября 2024 г.

7 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2012 | 41m | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 60 | | 4,05 | 0,67 | 5,56 | 62,00 |
| 2011 | 203 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5 | | 5,51 | 5,61 | 35,90 | 215,73 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 90 | | 15,44 | 13,43 | 3,08 | 205,13 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | 2,13 | 1,24 | 23,37 | 117,46 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 27,43 | 23,80 | 86,43 | 688,47 |

8 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 60 | | 0,06 | 0,48 | 1,50 | 8,40 |
| 2011 | 291m | ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ | 200 | | 13,51 | 18,11 | 41,30 | 356,97 |
| 2011 | 377 | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ | 185/10/5 | | 0,01 | 0,15 | 10,03 | 41,60 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| 2008 | 338 | ЯБЛОКО | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 14,36 | 22,07 | 83,11 | 551,52 |

9 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|-------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2011 | 24 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 60 | | 3,59 | 0,58 | 2,17 | 44,07 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | 4,26 | 3,15 | 21,37 | 136,82 |
| 2011 | 227 гп | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В СОУСЕ | 60/40 | | 4,49 | 10,46 | 1,76 | 89,44 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | 2,79 | 3,40 | 14,58 | 96,09 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 10 | | 0,98 | 0,75 | 7,44 | 41,70 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 16,41 | 21,19 | 65,84 | 498,27 |

10 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2012 | 41m | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 60 | | 4,05 | 0,67 | 6,54 | 65,92 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 150/5 | | 4,30 | 2,66 | 15,58 | 111,59 |
| 2011 | 295 m | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ | 60/40 | | 6,81 | 9,69 | 9,82 | 137,68 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 195/5 | | 0,00 | 0,10 | 5,04 | 20,55 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| 2008 | 338 | ЯБЛОКО | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 15,94 | 16,45 | 67,26 | 480,29 |

11 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|-------------------------------------|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(С МАСЛОМ) | 60 | | 3,65 | 0,84 | 4,95 | 55,99 |
| 2011 | 289 m | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | | 6,39 | 17,70 | 21,40 | 211,67 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | 2,13 | 1,24 | 23,37 | 117,46 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 12,47 | 22,63 | 68,24 | 473,27 |

12 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|----------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Жиры, г | Белки, г | Углеводы, г | |
| 1997 | 71 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ | 60 | | 2,09 | 0,60 | 5,12 | 42,55 |
| 2008 | 324 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5 | | 5,26 | 4,48 | 20,15 | 148,83 |
| 2011 | 270 m | БИФТЕКС РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ | 60/30 | | 6,93 | 9,50 | 10,68 | 143,67 |
| 2011 | 377 | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ | 185/10/5 | | 0,01 | 0,15 | 10,03 | 41,60 |
| 2008 | 444 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | | 0,18 | 1,32 | 8,48 | 40,79 |
| 2008 | 443 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 0,12 | 1,53 | 10,04 | 47,36 |
| Итого за прием пищи: | | | | 66,76 | 14,59 | 17,68 | 64,50 | 464,80 |