

Меню

07 июня 2024г.

День 5



№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность, ккал	Цена
Завтрак							
209	Яйцо вареное						
Пр	Икра кабачковая	45	13,02	12,95	40,23	458,47	16,00
ПР	Хлеб пшеничный	80	4,08	3,54	17,58	118,60	16,12
377	Чай с сахаром	20	1,49	0,29	12,53	61,30	1,98
422	Булочка ванильная	200/15	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
	Итого	50	3,47	9,32	17,24	156,00	12,50
Обед							
	Итого	410	22,66	26,70	102,28	864,87	48,85
96	Рассольник ленинградский						
291	Плов из птицы	250	1,83	4,90	11,75	98,40	15,02
71	Овощи натуральные свежие (нарезка) огурцы	260	23,42	26,63	47,39	388,00	71,64
342	Компот из ябл. свеж.	60	0,66	0,10	31,98	132,78	10,24
ПР	Хлеб обогащенный	200	0,24	0,14	27,84	115,00	8,96
ПР	Хлеб пшеничный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,24
	Итого	30	1,49	0,29	12,53	61,30	2,88
	Всего	800	29,74	32,32	144,37	857,88	110,98
	Всего	1210	52,4	59,02	246,65	1722,75	159,83

Индивидуальный предприниматель



А.Н.Переседов

Меню

07 июня 2024г.

День 5

Начальник ЛПЛ МБОУ СОШ №17, МОСК

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность, ккал	Цена
Завтрак							
209	Яйцо вареное						
Пр	Икра кабачковая	45	13,02	12,95	40,23	458,47	16,00
ПР	Хлеб пшеничный	80	4,08	3,54	17,58	118,60	16,12
377	Чай с сахаром	20	1,49	0,29	12,53	61,30	1,98
422	Булочка ванильная	200/15	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
	Итого	50	3,47	9,32	17,24	156,00	12,50
Обед							
	Итого	410	22,66	26,70	102,28	864,87	48,85
96	Рассольник ленинградский						
291	Плов из птицы	250	1,83	4,90	11,75	98,40	15,02
71	Овощи натуральные свежие (нарезка) огурцы	260	23,42	26,63	47,39	388,00	71,64
342	Компот из ябл. свеж.	60	0,66	0,10	31,98	132,78	10,24
ПР	Хлеб обогащенный	200	0,24	0,14	27,84	115,00	8,96
ПР	Хлеб пшеничный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,24
	Итого	30	1,49	0,29	12,53	61,30	2,88
	Всего	800	29,74	32,32	144,37	857,88	110,98
	Всего	1210	52,4	59,02	246,65	1722,75	159,83

Индивидуальный предприниматель



А.Н.Переседов

Меню

06.июня 2024 г

День 4



№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак							
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250/10/10	7,14	12,90	51,13	433,00	21,39
377	Чай с сахаром	200/15/5	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,49	0,29	12,53	61,30	1,98
ПР	Фрукты (черешня)	100	1,10	0,40	25,60	112,00	45,50
	Итого	600	10,33	14,19	103,96	676,8	71,12
Обед							
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,69	9,60	27,45	178,12	10,56
279	Тефтели 2-й вариант	90	12,70	9,29	9,44	142,00	54,43
528	Соус красный основной	30	0,89	0,10	31,98	132,78	1,02
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	13,69
350	Кисель из ягод с/м	200	0,24	0,14	27,84	115,00	11,81
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,26	12,88	62,40	2,88
ПР	Хлеб обогащенный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	2,24
	Итого	770	31,71	25,41	160	921,1	96,63
	Всего	1370,00	42,04	39,6	263,96	1597,9	167,75



Индивидуальный предприниматель

А.Н.Переседов

Меню

06.июня 2024 г

День 4



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак							
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250/10/10	7,14	12,90	51,13	433,00	21,39
377	Чай с сахаром	200/15/5	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,49	0,29	12,53	61,30	1,98
ПР	Фрукты (черешня)	100	1,10	0,40	25,60	112,00	45,55
	Итого	600	10,33	14,19	103,96	676,8	71,17
Обед							
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,69	9,60	27,45	178,12	10,56
279	Тефтели 2-й вариант	90	12,70	9,29	9,44	142,00	54,43
528	Соус красный основной	30	0,89	0,10	31,98	132,78	1,02
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	6,60	5,73	37,88	229,50	13,69
350	Кисель из ягод с/м	200	0,24	0,14	27,84	115,00	11,81
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,26	12,88	62,40	2,88
ПР	Хлеб обогащенный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	2,24
	Итого	770	31,71	25,41	160	921,1	96,63
	Всего	1370,00	42,04	39,6	263,96	1597,9	167,80



Переседов АН

Меню

Начальник

05 июня 2024 г

День 3



№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн/цен ккал	Цена
Завтрак							
401	Оладьи с молоком сгущенным	200/30	17,53	16,88	98,20	458,47	37,94
377	Чай с сахаром	200/15/5	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
	Итого		18,13	17,48	112,90	528,97	40,19
Обед							
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	14,82
294	Котлета рубленая из мяса птицы	90	15,70	15,08	14,65	257,40	47,93
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	6,36	6,75	35,53	228,00	9,84
342	Сок фруктовый (разливной, банка 3л.)	200	0,27	0,00	22,80	127,27	18,02
ПР	Хлеб обогащенный	20	1,58	0,20	9,66	46,80	2,24
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,12	0,22	9,40	45,98	2,88
	Итого		26,834	27,17	102,974	809,2	95,73
	Всего		27,434	27,77	117,674	879,7	135,92



Индивидуальный предприниматель

А.Н.Переседов

Меню

Начальник ЛПЛ МБОУ СОШ №11 ИМОСК

05 июня 2024 г

День 3



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн/цен ккал	Цена
Завтрак							
401	Оладьи с молоком сгущенным	200/30	17,53	16,88	98,20	458,47	37,94
377	Чай с сахаром	200/15/5	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
	Итого		18,13	17,48	112,90	528,97	40,19
Обед							
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75	14,82
294	Котлета рубленая из мяса птицы	90	15,70	15,08	14,65	257,40	47,93
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	6,36	6,75	35,53	228,00	9,84
342	Сок фруктовый (разливной, банка 3л.)	200	0,27	0,00	22,80	127,27	18,02
ПР	Хлеб обогащенный	20	1,58	0,20	9,66	46,80	2,24
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,12	0,22	9,40	45,98	2,88
	Итого		26,834	27,17	102,974	809,2	95,73
	Всего		27,434	27,77	117,674	879,7	135,92



Индивидуальный предприниматель

А.Н.Переседов

Меню

День 2

04 июня 2024 г



№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн/цен ккал	Цена
Завтрак							
174	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/5/10	7,50	12,90	51,13	350,00	25,70
377	Чай с сахаром	200/15/5	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
1	Хлеб пшеничный	20	1,49	0,29	12,53	61,30	1,98
ПР	Сок фруктовый упаковка 0,2	200	0,27	0,00	22,80	137,52	32,50
	Итого	650	9,86	13,79	101,16	619,32	62,43
Обед							
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	4,27	16,54	148,25	9,09
234	Котлеты, биточки рыбные	90	29,65	15,15	16,90	207,00	33,95
312	Пюре картофельное	150/5	3,06	4,80	2,71	139,75	17,96
71	Овощи свежие (огурцы)	60	0,66	0,10	31,98	132,78	6,55
389	Компот из ягод заморозка	200	0,24	0,14	27,84	115,00	15,08
ПР	Хлеб обогащенный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,24
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	2,88
	Итого	800	42,69	25,01	121,38	866,48	87,75
	Всего	1450	42,96	25,01	144,18	1004	150,18

Индивидуальный предприниматель



А.Н.Переседов

Меню

День 2

04 июня 2024 г



№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн/цен ккал	Цена
Завтрак							
174	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/5/10	7,50	12,90	51,13	350,00	25,70
377	Чай с сахаром	200/15/5	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
1	Хлеб пшеничный	20	1,49	0,29	12,53	61,30	1,98
ПР	Сок фруктовый упаковка 0,2	200	0,27	0,00	22,80	137,52	32,50
	Итого	650	9,86	13,79	101,16	619,32	62,43
Обед							
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	4,27	16,54	148,25	9,09
234	Котлеты, биточки рыбные	90	29,65	15,15	16,90	207,00	33,95
312	Пюре картофельное	150/5	3,06	4,80	2,71	139,75	17,96
71	Овощи свежие (огурцы)	60	0,66	0,10	31,98	132,78	6,55
389	Компот из ягод заморозка	200	0,24	0,14	27,84	115,00	15,08
ПР	Хлеб обогащенный	20	2,10	0,26	12,88	62,40	2,24
ПР	Хлеб пшеничный	30	1,49	0,29	12,53	61,30	2,88
	Итого	800	42,69	25,01	121,38	866,48	87,75
	Всего	1450	42,96	25,01	144,18	1004	150,18

Индивидуальный предприниматель



А.Н.Переседов

Меню



Начальник ДПО

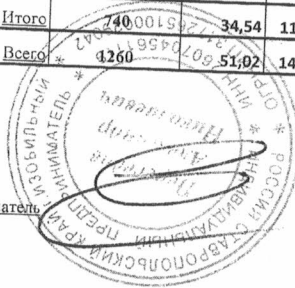
МБОУ
«СОШ №11»
ИМОСК

День 1

03 июня 2024 г

№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн/цен ккал	Цена
Завтрак							
204	Макаронные изделия отварные с сыром	200/5/30	12,18	14,32	30,70	300,96	46,95
376	Чай с сахаром	13	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
Пр	Мороженое	1/70	3,70	15,00	20,40	232,00	54,60
	Итого	520	16,48	29,92	65,80	603,46	103,80
Обед							
101	Суп картофельный с рисовой крупой	250	7,50	3,25	17,25	128,25	6,03
268	Котлеты, биточки особые	90	20,59	10,91	283,00	11,45	54,84
302	Каша рассыпчатая гречневая	150/5	5,73	37,88	229,50	6,60	13,69
349	Компот из свежих яблок	200	0,30	47,26	196,38	1,16	8,96
ПР	Хлеб обогащенный	30	0,20	9,66	46,80	1,58	2,88
ПР	Хлеб пшеничный	30	0,22	9,40	45,98	1,12	2,24
	Итого	740	34,54	118,364	818,91	150,164	88,64
	Всего	1260	51,02	148,284	884,71	753,624	192,44

Индивидуальный предприниматель



А.Н.Переседов

День 1

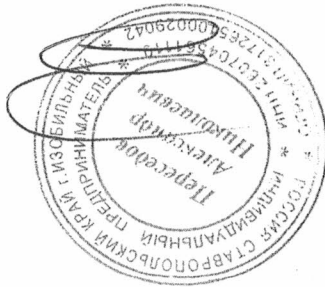
03 июня 2024 г

Начальник ДПО



№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн/цен ккал	Цена
Завтрак							
204	Макаронные изделия отварные с сыром	200/5/30	12,18	14,32	30,70	300,96	46,95
376	Чай с сахаром	13	0,60	0,60	14,70	70,50	2,25
Пр	Мороженое	1/70	3,70	15,00	20,40	232,00	54,60
	Итого	520	16,48	29,92	65,80	603,46	103,80
Обед							
101	Суп картофельный с рисовой крупой	250	7,50	3,25	17,25	128,25	6,03
268	Котлеты, биточки особые	90	20,59	10,91	283,00	11,45	54,84
302	Каша рассыпчатая гречневая	150/5	5,73	37,88	229,50	6,60	13,69
349	Компот из свежих яблок	200	0,30	47,26	196,38	1,16	8,96
ПР	Хлеб обогащенный	30	0,20	9,66	46,80	1,58	2,88
ПР	Хлеб пшеничный	30	0,22	9,40	45,98	1,12	2,24
	Итого	740	34,54	118,364	818,91	150,164	88,64
	Всего	1260	51,02	148,284	884,71	753,624	192,44

Индивидуальный предприниматель



А.Н.Переседов