

Код ручка штур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки/ Жиры/ Углеводы	Калорий- ность (ккал)
----------------------	-------------------	---------	---------------	-----------------------------	-----------------------------

Посуда

	Контейнер 500мл	0	6,50	0/0/0	
--	-----------------	---	------	-------	--

Разовая посуда

	Пакет фас. мал.	0	0,50	0/0/0	
--	-----------------	---	------	-------	--

Холодные закуски

ПК 10	Винегрет овощной (карт отв, свекл отв, морк отв, лук реп, огур сол)	100	21,00	1,8/9,9/6,6	123
11/08	Салат из моркови с сыром и яйцом	100	28,00	3,5/17,8/3,9	190,7
109	Салат из свежих огурцов с яйцом	100	25,00	1,9/11/2,1	115

Первые блюда

98	Щи из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/ 10	32,50	5,8/3/9,4	128,8
----	--	-----------------	-------	-----------	-------

Вторые блюда

ПК 388	Бефстроганов (филе куриное)	100	67,00	15,2/21,8/6	281
ПК 466	Котлета "Переменка"	90	65,00	13/16,4/11,1	244
ПК	Котлета натуральная из свинины	130	91,00	21,4/53,6/0	571,5
ПК	Люля-кебаб 50 гр	50	66,00	5/14,5/1	158
ПК	Отбивная из куриной грудки с ананасом	75/30	87,50	19,3/11,5/8,9	216,2
ПК 630	Тефтели Ежики п/ф (90 гр)(Италмас)	90	67,50	7,7/39/26,2	487,1

Гарниры

251	Капуста жареная	150	26,00	3,6/12,2/9,4	148,1
198	Картофель запеченный (из сырого)	150	49,50	4,3/15,9/35,4	306
ПК 20	Картофельное пюре	150	37,00	3,2/8,3/21,8	189
ПК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,50	8,2/5,8/35,8	232
ПК 41	Макаронные изделия отварные	150	13,50	5,8/4,9/35,5	208,9

Напитки

	Вода минеральная природная питьевая столовая "Увинская Жемчужина" 1,5л.газир	0	52,50	0/0/0	
ПК 33	Компот из кураги	200	17,50	1/0,1/27,5	110
	Кофе 3в1	0	25,00	0/1,6/17,2	84
0	Кофе без сахара	200	18,00	0/0/0	
473/10	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	10,00	0,6/0/24,1	94,7
0	Чай зеленый (пакетик)	1	4,00	0/0/0	
0	Чай розовый (пакетик)	1	5,50	0/0/0	

Выпечка

ПК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5,00	5,3/1,1/34,5	168,5
691/96	Чебуреки	110	45,50	0/0/0	

МБОУ «Лингвистический лицей № 22 им. А.С.Пушкина»
11 июня 2025 г.



МЕНЮ



Согласовано

Номер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле- воды	Калорий- ность (ккал)
Завтрак							
		200	23	7,8	11,6	53,8	347,9
ТТК 608	Макаронник	200	21,6	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 16	Какао с молоком	40/20	27,8	8,5	6,2	21	173,7
ТТК 502	Горячий бутерброд с сыром	108	21,6	0,4	0	10,6	44,1
ТТК 4	Яблоко	568	94,00	20,30	20,50	108,30	692,70
ИТОГО :							
Обед							

[illegible]

ИТОГО за день :

1 362

227,50

49,90

56,90

226.50

1 607,00

Заведующий производством

Ответственный за питание

/ Марченкова Татьяна Александровна /