

ООО Столовая №4

МАОУ СОШ № 123

Меню на 11 марта 2025 года*



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 123

Старикова О.В.

Пищевые вещества			Ккал	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб	
Белки	Жиры	Углеводы						
Комплекс №1 1-4 смена 1								
1,65	14,27	9,90	174,60	11863	Мексиканский флан со сгущенным молоком	130/20	78,61	
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай лимонный с сахаром	200	5,96	
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Батон пшеничный	25	3,10	
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	25	2,25	
1,40	1,10	16,60	79,00	11337	Яблоко	100	18,72	
<i>Итого за Комплекс</i>								108,64
Комплекс №1 1-4 2 смена								
0,84	3,00	1,56	39,00	11385	Борщ со сметаной	200	33,60	
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	150	17,82	
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	90	82,39	
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26	
1,32	0,12	9,36	44,80	11335	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80	
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	20	1,80	
8,60	9,00	53,30	331,00	12222	Булочное изделие в асс.	80	22,28	
<i>Итого за Комплекс</i>								162,95
Комплекс №2 5-11 1 смена								
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	180	22,58	
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	100	93,72	
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26	
3,30	0,30	23,40	112,00	11335	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50	
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	50	4,50	
<i>Итого за Комплекс</i>								128,56
Комплекс №2 5-11 2 смена								
0,84	3,00	1,56	39,00	11385	Борщ со сметаной	250	42,00	
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	180	22,58	
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	100	93,72	
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26	
3,30	0,30	23,40	112,00	11335	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50	
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	50	4,50	
8,60	9,00	53,30	331,00	12222	Булочное изделие в асс.	80	22,28	
<i>Итого за Комплекс</i>								192,84
Комплекс №3 2-х разовое 1-4								
Завтрак								
1,65	14,27	9,90	174,60	11863	Мексиканский флан со сгущенным молоком	130/20	78,61	
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай лимонный с сахаром	200	5,96	
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Батон пшеничный	25	3,10	
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	25	2,25	
1,40	1,10	16,60	79,00	11337	Яблоко	100	18,72	
Обед								
0,84	3,00	1,56	39,00	11385	Борщ со сметаной	200	33,60	
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	150	17,82	
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	90	82,39	
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26	
1,32	0,12	9,36	44,80	11335	Хлеб вит. пшеничный	20	1,80	
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	20	1,80	
8,60	9,00	53,30	331,00	12222	Булочное изделие в асс.	80	22,28	
<i>Итого за Комплекс</i>								271,59
Комплекс №4 2-х разовое 5-11								
Завтрак								
1,65	14,27	9,90	174,60	11863	Мексиканский флан со сгущенным молоком	150/50	103,03	
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай лимонный с сахаром	200	5,96	

2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Батон пшеничный	25	3,10
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	25	2,25
1,40	1,10	16,60	79,00	11337	Яблоко	100	18,72
Обед							
0,84	3,00	1,56	39,00	11385	Борщ со сметаной	250	42,00
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	180	22,58
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	100	93,72
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26
1,65	0,15	11,70	56,00	11335	Хлеб вит. пшеничный	25	2,25
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	25	2,25
8,60	9,00	53,30	331,00	12222	Булочное изделие в асс.	80	22,28
					<i>Итого за Комплекс</i>		321,40
Комплекс №5 5-11							
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	180	22,58
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	100	93,72
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26
3,30	0,30	23,40	112,00	11335	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
					<i>Итого за Комплекс</i>		128,56
Комплекс №9 5-11 обед							
0,84	3,00	1,56	39,00	11385	Борщ со сметаной	250	42,00
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	180	22,58
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	100	93,72
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26
3,30	0,30	23,40	112,00	11335	Хлеб вит. пшеничный	50	4,50
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	50	4,50
8,60	9,00	53,30	331,00	12222	Булочное изделие в асс.	80	22,28
					<i>Итого за Комплекс</i>		192,84
Комплекс № 7 5-11 к завтрак выпечка							
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	180	22,58
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	100	93,72
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26
1,65	0,15	11,70	56,00	11335	Хлеб вит. пшеничный	25	2,25
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	24	2,19
8,60	9,00	53,30	331,00	12222	Булочное изделие в асс.	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		166,00
Комплекс № 12 завтрак							
1,65	14,27	9,90	174,60	11863	Мексиканский флан со сгущенным молоком	150/50	103,03
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай лимонный с сахаром	200	5,96
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Батон пшеничный	25	3,10
2,64	0,48	16,68	77,35	11336	Хлеб вит. ржаной	28	2,65
8,60	9,00	53,30	331,00	12222	Булочное изделие в асс.	100	42,00
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26
					<i>Итого за Комплекс</i>		160,00
Комплекс № 8 1к обед							
0,84	3,00	1,56	39,00	11385	Борщ со сметаной	200	33,60
17,40	31,68	27,50	354,20	11466	Рис припущенный с куркумой	150	17,82
3,00	2,60	13,30	90,00	11414	Фрикасе из куриного филе	90	82,39
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26
2,18	0,20	15,44	73,92	11335	Хлеб вит. пшеничный	33	2,93
					<i>Итого за Комплекс</i>		140,00
Комплекс №10 Полдник							
8,60	9,00	53,30	331,00	12222	Булочное изделие в асс.	100	42,00
0,20	0,10	13,90	55,00	11343	Чай с сахаром	200	3,26
					<i>Итого за Комплекс</i>		45,26
Комплекс № 6 1-11 булочка							
	7,38	39,06	262,80	11345	Булочное изделие в асс.	100	42,00
					<i>Итого за Комплекс</i>		42,00

Заведующий производством _____ Лагунова О.А.