

Меню

с 6 по 11 ноября, с 20 по 25 ноября 2023 г

1 - я неделя НОЯБРЬ

№ Сб.реш Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

97/2015 Суп картофельный со сметаной

250/20

3,04 6,0 20,52

149

Итого:

16,00 3,04 6,00 20,5 149

ВТОРНИК

88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной

200/11/10

3,46 7,2 7,74

110

16,00 3,46 7,2 7,74 110

СРЕДА

103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками, мясными фрикадельками

200/8/11

7,42 7,3 21,2

180

Итого:

16,00 7,42 7,25 21,2 180

ЧЕТВЕРГ

96/2015 Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками

200/11

3,91 7,4 14

139

Итого:

16,00 3,91 7,35 14 139

ПЯТНИЦА

82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной

200/11/10

3,86 8,3 12,76

141

Итого:

16,00 3,86 8,25 12,8 141

СУББОТА

101/2015 Суп картофельный с рисом, с мясными фрикадельками

250/11

3,94 4,5 17,5

127

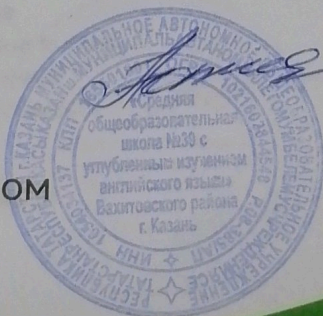
Итого:

16,00 3,94 4,45 17,5 127

Директор
Калькулятор
Зав. производством

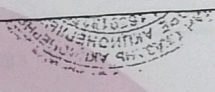
8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

с 6 по 11 ноября, 20 по 25 ноября 2023 г



1 неделя (НОЯБРЬ)

Сб.рец Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК

КОМПЛЕКС № 1

№3/2015 г Бутерброд с сыром, маслом (батон)

№173/2015 г Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом

ТТК 2023 г Напиток из урюка

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
25/15/10		5,9	11,96	12,93	184
150/5		6,6	5,98	33,06	220
200		0,80	0,06	18,46	79
Итого:	35,00	13,30	18,00	64,45	483

ВТОРНИК

КОМПЛЕКС № 1

№ 338/2015 Плоды свежие (яблоки)

ТТК 2019 г Макароны изделия отварные с сыром

ТТК 2021 г Чай с сахаром

Батон

120		0,48	0,48	11,76	56
150		8,99	8,21	32,12	239
200/8		0,02		7,98	32
25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:	35,00	11,36	9,41	64,71	393

СРЕДА

КОМПЛЕКС № 1

14/2015 Масло сливочное (порциями)

ТТК 2019 г Блинчики со сгущённым молоком

ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном

Батон

10		0,08	7,25	0,08	66
2 шт/90/10		5,67	4,19	33,45	195
200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:	35,00	7,68	12,17	54,51	361

ЧЕТВЕРГ

КОМПЛЕКС № 1

№ 15/2015 г Сыр порциями

14/2015 Масло сливочное (порциями)

№173/2015 г Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом

ТТК 2023 г Напиток из урюка

Батон

15		3,94	3,99		53
10		0,08	7,25	0,08	66
150/5		5,92	5,56	25,06	181
200		0,80	0,06	18,46	79
30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	12,99	17,73	59,02	458

ПЯТНИЦА

КОМПЛЕКС № 1

№ 1/2015 г Бутерброд с маслом (батон)

№173/2015 г Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с маслом

ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном

Вафли весовые

30/15		2,37	11,74	15,54	178
150/5		4,66	5,32	25,37	175
200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Итого:	35,00	7,87	23,19	61,54	495

СУББОТА

КОМПЛЕКС № 1

14/2015 Масло сливочное (порциями)

ТТК 2019 г Блинчики со сгущённым молоком

ТТК 2021 г Чай с сахаром

Батон

10		0,08	7,25	0,08	66
2 шт/90/10		5,67	4,19	33,45	195
200/8		0,02		7,98	32
30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	8,02	12,31	56,93	372

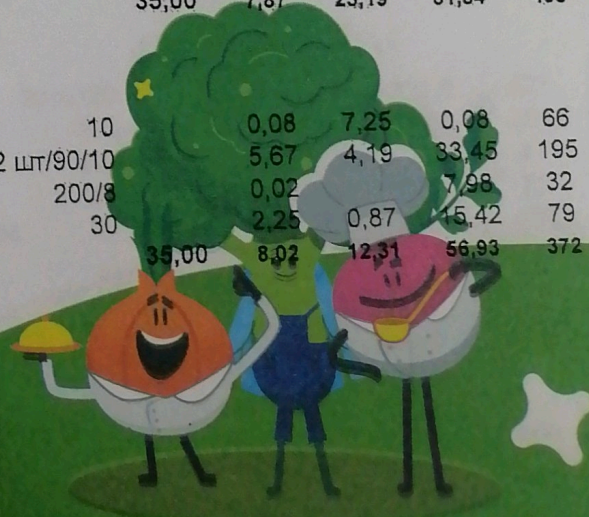
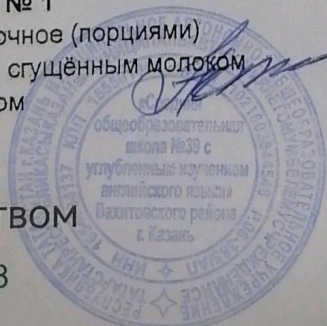
Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

с 6 по 11 ноября, с 20 по 25 ноября 2023 г

1 - я неделя НОЯБРЬ

№ Сб.рей Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК

Комплекс № 1

ТТК 2023 Котлеты Столичные

309/2015 Макароны изделия отварные (м/слив.)

ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины

Хлеб пшеничный (белый)

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
90		12,4	13,5	7,8	199
150		5,67	4,5	35,92	207
200		0,14	0,0	11,15	46
30		2,28	0,24	14,8	71
Итого:	55,00	20,49	18,26	69,6	523

ВТОРНИК

Комплекс № 1

ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с Переменкой, на шампуре)

304/2015 Рис отварной

ТТК 2021 Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

60		11,4	11,5	0,77	151
100		2,6	3,6	26,7	150
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	14,77	15,24	42,12	366

СРЕДА

Комплекс № 1

ТТК 2020 Запеканка картофельная с мясом, маслом

ТТК 2021 Чай с сахаром, лимоном

Хлеб пшеничный (белый)

170/5		12,3	19,2	23,5	315
200/8/5		0,07	0,01	8,1	34
30		2,28	0,24	14,8	71
Итого:	55,00	14,65	19,45	46,36	420

ЧЕТВЕРГ

Комплекс № 1

ТТК 2020 Цыплята запечённые

541/2004 Рагу овощное

ТТК 2023 Напиток из урюка

Хлеб ржано - пшеничный

90		24	21,6	0,8	294
100		1,9	5,1	11,2	99
200		0,80	0,06	18,50	79
20		1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	27,73	26,96	39,50	516

ПЯТНИЦА

Комплекс № 1

ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные

303/2015 Каша гречневая вязкая

ТТК 2023 Напиток из вишни

Хлеб ржано - пшеничный

90		12,3	11,1	8,3	179
180		4,2	5,6	26,41	173
200		0,12	0,03	11,6	48
15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	17,37	16,85	53,06	433

СУББОТА

Комплекс № 1

243/2015 Сосиски отварные

309/2015 Спагетти отварные (с м/раст.)

ТТК 2021 Напиток из шиповника

Хлеб пшеничный (белый)

2шт/100		10	4,6	11,5	127
180		6,72	6,1	43,1	254
200		0,01		10,2	41
30		2,28	0,24	14,8	71
Итого:	55,00	19,01	10,94	79,56	493

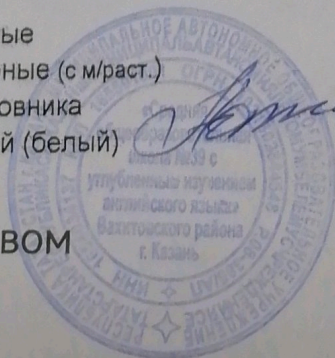
Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

Школа МАОУ "Школа 39" Отд./кор п ул.Япеева,11 Дата 07.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Бел ки	Жиры	Углеводы	
Горячее бесплатное питание младшие		532/2 013г	Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,3	7,84	38	
		ТТК2 023 г	Салат - бар	60		1,59	6,1	6,91	90	
			Капуста квашеная	20						
			Морковь свежая	20						
			консервированный	10						
			Сухарики из пшеничного хлеба	5						
			Масло растительное	5						
		2023	Жаркое по - домашнему	40\120			8,64	7,5	21,63	189
		2021	Напиток из урюка	200			2,86	2,1	20,34	111
			Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10\10			1,25	1,1	9,42	52
	Итого			520	66,8	14,66	17	66,14	480	
Свободный выбор	Холод ные закус ки Вторы е блюда Гарни ры Напит ки	338/2 015	Фрукты свежие	100		47,00	0	0	10	
		ТТК 2021	Салат Прага (грудки курин.,морковь,огурцы солён.,яйцо,масло растит.)	80		113,00	5	10	2	
		ТТК 2016	Хрустящий(Пекинка,огурцы свеж.,сыр,соус переменка,сухарики)	80		156,00	5	11,47	8	
		ТТК 2020	Рыба запеченая	75		171,00	17	10	3	
		015	Гуляш из говядины :	45\45		208,00	14	16	3	
		ттК 2015	Грудка куриная (филе) запеченая с сыром, томатом	70\5		241,00	19	18	0	
		ттК 2021	Шашлык из куриных грудок (с переменкой,на шампуре)	80		201	15	15	1	
		015	Каша гречневая вязкая	180		173	4	6	26	
		2016	Картофель запеченый	150		202	3	8	28	
		348\2 004	Напиток из замороженной черной смородины	200		44	0,1	0,04	10,71	
			Хлеб ржано-пшеничный\хлеб пшеничный	15\15		79	68	1,9	0,3	14,13

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

