

СВОБОДНОГО ВЫБОРА

3.10. 2022г

7 ДЕНЬ

Наименование	Цена руб. коп	Норма		Жиры, г		Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
		выхода гот- продукта (г)	Белки, г всего в т.ч животн	всего	в т.ч раст.		
1 блюда							
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ И ГОВЯДИНОЙ со СМЕТАНОЙ	45-00	250.10.5	5.2	1.2		11.2	107
2 блюда							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	49-00	150	5.6	6.4		24.8	179
ФИЛЕ КУРЫ ЖАРЕНОЕ В ЯЙЦЕ	81-00	75	22.4	26.2		4.4	284.6
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	26-00	50	5.6	12.2		0.2	133
РЫБА ЖАРЕНАЯ/ФИЛЕ	81-00	100	8.1	7.4		2.2	108
ФИЛЕ КУРЫ ЗАПЕЧЕНОЕ С СЫР	94-00	75	81.0	25.0		16.0	175
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	104-00	50/50	13.4	9.6		5.9	163
КОТЛЕТА РУБЛ. ИЗ КУРИН. Ф.	64-00	100	21.4	17.5		4.3	185
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	125-00	50/50	15.7	15.9		3.1	218
ГАРНИРЫ							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	24-00	150.5	3.8	6.9		29.7	197
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	26-00	150.5	3.7	6.5		32.8	204.5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С/М	29-00	150.5	3.2	9.2		20.5	178.5
напитки							
ЧАЙ С САХАРОМ	3-00	200	0.3	0.1		15.2	62.0
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	7-00	200	0.2	23.1		23.1	23.13
ХЛЕБ	1-00	25.0	1.1	0.3		7.8	39.1
Итого		759-00					

Директор

Зав. производством

Калькулятор

СТОЛОВАЯ № 2  
М Е Н Ю

ШКОЛА № 233

СВОБОДНОГО ВЫБОРА

4.10. 2022г

8 ДЕНЬ

Наименование	Цена руб. коп	Норма		Жиры, г		Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
		выхода гот- продукта (г)	Белки, г в т.ч животн	всего	в т.ч раст.		
1 блюда							
СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ С ГОВЯДИНОЙ	44-00	250/5/10	6.4	4.5	18.6	140.5	
2 блюда							
КОТЛЕТА РУБЛЕНН. ИЗ ГОВЯДИНЫ	85-00	75	28.0	17.8	3.1	284.6	
КОТЛЕТА РУБЛЕН. ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	64-00	100	24.0	16.1	2.1	178.5	
ФИЛЕ КУРЫ ЖАРЕННОЕ В ЯЙЦЕ	81-00	75	15.4	15.2	59.2	197.4	
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	26-00	50	5.6	12.2	0.2	133	
ЗРАЗЫ РУБЛЕНН. ИЗ КУРЫ С ОМЛЕТОМ	51-00	80	11.1	8.4	6.8	148.2	
РЫБА ЖАРЕНАЯ В ЯЙЦЕ	93-00	100	15.1	7.5	6.1	175.1	
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	93-00	110	21.0	29.9	7.2	324.5	
МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	125-00	50/50	15.5	16.5	2.8	220.0	
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	60-00	150	12.3	17.2	1.8	223	
ГАРНИРЫ							
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	26-00	150.5	3.4	6.7	11.5	119	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С/М	27-00	150.5	3.0	9.4	22.8	225	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С/М	24-00	150.5	2.1	8.5	21.2	175	
НАПИТКИ							
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	13-00	200	0.2	0.0	23.1	94.5	
ЧАЙ С САХАРОМ	3-00	200	0.3	0.1	15.2	62.0	
ХЛЕБ	1-00	25.0	1.1	0.3	7.8	39.1	

Итого 816-00

Директор

Зав. производством

Калькулятор

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

ШКОЛА № 233

СВОБОДНОГО ВЫБОРА

5.10. 2022г

9 ДЕНЬ

Наименование	Цена руб. коп	Норма выхода гот- продукта (г)	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
			всего	в т.ч животн	всего	в т.ч раст.		
1 блюда								
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	42-00	250/5/10	3.0		4.2		10.2	90.6
2 блюда								
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	20-00	150/5	4.7		7.5		19.5	168
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85-00	75	28.0		17.8		3.1	284.6
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	26-00	50	11.2		12.2		2.0	155.4
ФИЛЕ КУРИН. ЖАРЕН. В ЯЙЦЕ	81-00	75	15.4		15.2		59.2	197.7
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	93-00	110	21.0		29.9		7.2	324.5
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	145-00	50/50	17.4		12.3		5.2	206.5
ГАРНИРЫ								
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛ.	24-00	150/5	8.5		10.4		31.3	284.6
картофель ОТВАРНОЙ С МАСЛ	27-00	150/5	3.1		5.6		28.2	167
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	32-00	150/5	5.5		4.8		31.3	191
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	3-00	200	0.3		0.1		15.2	62
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	8-00	200	0.5		0.1		25.3	104.4
ХЛЕБ	1-00	20	1.1		0.3		7.8	39.1

Итого 587-00

Директор

Зав. производством

Калькулятор

МЕНЮ

ШКОЛАН № 233

СВОБОДНОГО ВЫБОРА

6.10.2022г

10 ДЕНЬ

Наименование	Цена руб. коп	Норма		Жиры, г		Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
		выхода гот- продукта (г)	Белки, г всего в т.ч животн	всего	в т.ч раст.		
1 блюда							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ	42-00	250/10	2.4	3.4	8.2	72.8	
2 блюда							
КАША МОЛОЧНАЯ "ЯНТАРНАЯ" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	25-00	150/5	4.7	11.6	20.6	205.5	
КОТЛЕТА РУБЛЕН. ИЗ ГОВЯД.	85-00	75	7.5	7.7	6.3	125.0	
ФИЛЕ КУРЫ ЖАРЕНОЕ В ЯЙЦЕ	81-00	75	12.9	17.6	2.7	176.4	
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	26-00	50	5.6	12.2	0.2	133.0	
РЫБА ЖАРЕНАЯ /ФИЛЕ В ЯЙЦЕ	93-00	100	16.2	14.8	4.4	216.0	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	99-00	70/30	8.9	10.4	6.6	156	
КОТЛЕТА РУБЛ. ИЗ КУРИН. ФИЛ	64-00	100	22.2	15.2	11.2	154.2	
ФИЛЕ КУРИН. ЗАПЕЧЕН. С СЫР.	94-00	50/25	5.3	2.8	1.2	49.6	
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	125-00	50/50	15.7	15.9	3.1	218	
ГАРНИРЫ							
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С М/С	29-00	150/5	3.1	9.5	20.3	178.1	
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	32-00	150/5	4.0	3.4	20.8	129.3	
МАКАРОНЫ ОТВАРН. С МАСЛОМ	24-00	150/5	8.5	10.4	31.3	284.6	
напитки							
ЧАЙ С САХАРОМ	3-00	200	0.3	0.1	15.2	62	
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	8-00	200	0.6	0.1	31.7	130.1	
ХЛЕБ	1-00	20	1.1	0.3	7.8	39.1	
Итого	831-00						

Итого 831-00

Директор  Зав. производством  Калькулятор 

МЕНЮ

ШКОЛА № 233

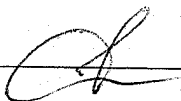
СВОБОДНОГО ВЫБОРА

7.10.2022г

11 ДЕНЬ

Наименование	Цена руб. коп	Норма выхода гот- продукта (г)	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды (г)	Энерг ценн. Ккал
			всего	в т.ч животн	всего	в т.ч раст.		
1 БЛЮДА								
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАН. ГОВЯДИНОЙ	44-00	250/5/10	8.9		0.4		10.8	149
2 БЛЮДА								
КАША ПШЕННАЯ МОЛ. С МАСЛ.	19-00	150.5	3.8		7.5		26.4	189
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	26-00	50	11.2		12.2		2.0	155.4
ФИЛЕ КУРЫ ЖАРЕННОЕ В ЯЙЦЕ	81-00	75	19.0		12.6		19.0	270
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	93-00	110	21.0		29.9		7.2	324.5
ШАШЛЫК ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	120-00	75	11.6		12.1		1.8	186.6
МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	125-00	50/50	11.5		13.1		5.2	186.6
КОТЛЕТА РУБЛ. КУРИНАЯ	64-00	100	22.2		15.2		11.2	154.2
ЗРАЗЫ РУБЛ. КУРИНЫЕ								
С ОМЛЕТОМ	51-00	80	12.6		9.6		7.7	169
КОТЛЕТА РУБЛ. ИЗ ГОВЯДИНЫ	85-00	75	7.5		7.7		6.3	125
ГАРНИРЫ								
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛ.	26-00	150/5	3.7		6.5		32.8	204.5
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛ	27-00	150/5	1.9		7.2		15.6	136.1
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛ.	24-00	150/5	5.6		4.8		31.9	194
РАГУ ОВОЩНОЕ	28-00	150/5	3.4		6.7		11.5	119
НАПИТКИ								
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	11-00	200	0.5		0.1		34.0	138.9
ЧАЙ С САХАРОМ	3-00	200	0.1		0.3		15.2	62
ХЛЕБ	1-00	20	1.1		0.3		7.8	39.1
Итого	828-00		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	

Директор



Зав. производством



Калькулятор

