

СОГЛАСОВАНО:
 РУКОВОДИТЕЛЬ
 им. Кузубая Герда"
 Т.Г.Волкова



Меню для тебя, школьник

11 марта 2025

ООО Школьник

№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводь	Энерг. Ценность
ЗАВТРАК							
ГТК 210/15/22	Омлет натуральный	100	46,79	7,86	15,00	2,42	183,00
ГТК 174/15/24	Каша вязкая молочная из ячневой крупы	210	26,41	7,44	10,89	40,13	258,50
ГТК 377/15	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	6,72	0,13	0,02	15,20	62,00
ГТК 405/15	Хлебная булочка	40	2,42	2,78	1,86	19,18	96,56
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		572	82,34	18,21	27,77	76,93	600,06
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ГТК 687/96/22	Пирожки печ.с мясо-капуст.фаршем	65	17,23	7,76	3,02	21,11	185,11
ГТК 157/08/22	Напиток из апельсинов	200	11,63	0,10	0,00	25,20	96,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		265	28,86	7,86	3,02	46,31	281,11
ОБЕД							
ГТК 40/15/22	Салат "Зимний" с маслом растительным	100	21,37	2,70	10,00	7,50	131,00
ГТК 113/15/22	Суп лапша домашняя с окорочком	250/10	17,17	8,39	7,76	11,66	159,31
ГТК 199/15/22	Гороховое пюре	180	20,34	15,79	6,00	40,60	277,98
ГТК 401/96	Гуляш из свинины	50/50	55,35	15,51	11,10	3,50	202,40
ГТК 348/15	Компот из кураги	200	17,30	0,78	0,04	27,63	114,80
ГТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	40	5,60	3,04	0,36	18,76	104,40
ГТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	20	2,60	1,32	0,22	9,48	41,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		900	139,73	47,53	35,48	119,13	1031,09
ПОЛДНИК							
ГТК 06/22	Плюшка "Московская"	60	10,60	5,44	5,60	37,73	224,03
	Йогурт (индивид. упаковка)	180	50,00	5,22	4,50	19,80	144,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		240	60,60	10,66	10,10	57,53	368,03
УЖИН							
ГТК 6/04/(УНК)/	Салат "Тазалык"	75	18,84	0,82	4,53	2,84	55,43
ГТК 638/01НК/22	Элеш с картофелем и филе куриным	75	26,95	3,67	5,65	20,12	146,00
ГТК 376/15	Чай с сахаром	200/15	3,68	0,07	0,02	15,00	60,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		365	49,47	4,56	10,20	37,96	261,43
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2342	361,00	88,82	86,57	337,86	2541,72

Зав. Производством

О.А.Перевощикова

Бух.калькулятор

С.В.Назарова



Меню для тебя, школьник

ООО Школьник							
№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводь	Энерг. Ценность
ЗАВТРАК							
ГТК 223/15/22	Запеканка из творога со сгущ. молоком	100/10	65,21	18,30	12,93	22,55	279,60
ГТК 173/15/24	Каша вязк.мол.из хлоп.овсян. "Геркулес"	220	27,92	8,85	9,96	40,43	287,78
ГТК 382/15	Какао с молоком	200	19,20	4,08	3,54	17,58	118,60
ГТК 1/15/23	Батон подмосковный	20	4,50	1,50	0,52	10,12	46,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		550	116,83	32,73	26,95	90,68	731,98
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ГТК 416/15/22	Рулетики с маком	75	11,14	4,30	7,90	24,50	186,00
ГТК 376/15	Чай с сахаром	200/15	3,68	0,07	0,02	15,00	60,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		290	14,82	4,37	7,92	39,50	246,00
ОБЕД							
ГТК 52/15	Салат из свеклы отварной	100	13,71	1,41	6,01	8,26	92,80
ГТК 44/08/22	Агырчи шыд с окорочком	250/10	24,47	18,20	9,72	16,54	195,46
ГТК 312/15	Пюре картофельное	180	34,31	3,68	5,76	24,53	164,70
ГТК 229/15/22	Рыба (минтай) тушеная в томате с овощ	75/50	52,18	12,19	6,19	4,75	131,30
ГТК 349/15/24	Компот из смеси сухофруктов	200	7,38	0,90	0,10	34,00	131,80
ГТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	40	5,60	3,04	0,36	18,76	104,40
ГТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	20	2,60	1,32	0,22	9,48	41,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		925	140,25	40,74	28,36	116,32	861,66
ПОЛДНИК							
ГТК 90/86/22	Кекс "Майский"	50	11,12	3,45	5,35	29,85	181,33
	Кефир 2,5%	250	27,50	7,25	6,25	10,00	125,25
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		300	38,62	10,70	11,60	39,85	306,58
УЖИН							
ГТК 37/15/22	Салат "Деревенский"	90	16,35	1,23	7,14	7,67	99,75
ГТК 269К/15/23	Биточки по-молдавски в белом соусе	55/50	21,01	7,46	11,20	7,87	164,57
ГТК 156/08/22	Напиток из лимонов	200	10,32	0,10	0,00	24,20	93,00
ГТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	2,80	1,52	0,18	9,38	52,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		415	50,48	10,31	18,52	49,12	409,52
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2480	361,00	98,85	93,35	335,47	2555,74

Зав. Производством

О.А.Перовщикова

Бух.калькулятор

С.В.Назарова

СОГЛАСОВАНО:
 РУКОВОДИТЕЛЬ
 им. Кузубая Герда"
 Т.Г.Волкова



Меню для тебя, школьник

13 марта 2025

ООО Школьник

№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Питательная ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
ЗАВТРАК							
ТТК 15/15/22	Сыр порционно	10	16,50	2,63	2,66	0,00	34,30
ТК 14/15	Масло сливочное порционно	10	11,00	0,10	7,25	0,10	66,00
ТК 120/15	Суп молочный с макарон.изделиями	250	21,05	5,47	4,75	17,96	150,00
ТК 378/15	Чай с молоком и сахаром	150/50/15	9,54	1,52	1,35	15,90	81,00
ТТК 1/15/23	Батон подмосковный	20	4,50	1,50	0,52	10,12	46,00
ТТК 447/15/22	Кекс Творожный	75	28,42	7,07	11,13	38,37	282,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		580	91,01	18,29	27,66	82,45	659,30
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ТТК 170/08/22	Перепечи с мясом и капустой	70	31,65	7,85	10,47	14,83	184,87
ТК 377/15	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	6,72	0,13	0,02	15,20	62,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		292	38,37	7,98	10,49	30,03	246,87
ОБЕД							
ТТК 08/08/22	Салат "Сказка"	100	24,98	0,85	13,33	23,23	219,35
ТК 114/04(УНК)	Суп Нугыли шыд с окорочком	250/10	24,12	11,72	6,03	21,14	187,56
ТК 303/15	Каша гречневая вязкая	180	19,08	5,50	6,01	24,62	174,60
ТТК 274С/15/22	Зразы мясные рубленые	70/50	42,35	8,65	12,89	10,31	213,80
ТК 342/15	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	14,93	0,16	0,16	27,88	114,60
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	2,80	1,52	0,18	9,38	52,20
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	20	2,60	1,32	0,22	9,48	41,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		900	130,86	29,72	38,82	126,04	1003,31
ПОЛДНИК							
ТТК 165/08/22	Кокроки с картофелем	75	15,32	4,43	8,63	26,63	196,43
ТК 388/15	Напиток из плодов шиповника	200	13,90	0,68	0,27	20,76	88,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		275	29,22	5,11	8,90	47,39	284,63
УЖИН							
ТК 1/04(УНК)	Салат "Удмуртский"	75	25,19	2,74	8,46	4,55	108,24
ТТК 278С/15/22	Тефтели мясные в соусе	60/30	33,27	5,83	10,20	6,72	136,07
ТТК 348/15/22	Компот из изюма	200	10,28	0,35	0,07	29,85	122,20
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	2,80	1,52	0,18	9,38	52,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		385	71,54	10,44	18,91	50,50	418,71
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2432	361,00	71,54	104,78	336,41	2612,82

Зав. Производством

О.А.Перовщикова

Бух.калькулятор

С.В.Назарова

СОГЛАСОВАНО:
 РУКОВОДИТЕЛЬ
 БОУ УР "УГНГ им. Кузубая Герда"
 Т.Г. Волкова

15 марта 2025



Меню для тебя, школьник

ООО ШКОЛЬНИК							
№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводь	Энерг. Ценность
ЗАВТРАК							
ТТК 210/15/22	Омлет натуральный	100	46,79	7,86	15,00	2,42	183,00
ТТК 173/15/24	Каша вязкая молоч. из пшённой крупы	220	29,02	9,56	7,41	49,74	242,63
ТТК 378/15/22	Чай с молоком сгущенным	200	17,25	2,22	2,57	16,66	98,82
ТК 405/15	Хлебная булочка	30	1,97	2,09	1,40	14,38	72,42
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		550	95,03	21,73	26,38	83,20	596,87
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ТК 687/96	Пирожки печёные с рисом и яйцом	75	10,68	4,88	2,97	31,78	173,00
ТК 376/15	Чай с сахаром	200/15	3,68	0,07	0,02	15,00	60,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		290	14,36	4,95	2,99	46,78	233,00
ОБЕД							
ТТК 47/15/22	Салат из квашеной капусты	100	26,52	1,80	5,07	46,62	90,62
ТК 88/15	Щи из св. капусты с картоф., окорочк.	250/10	22,78	7,59	7,17	7,94	133,31
ТТК 259/15/22	Жаркое по-домашнему с говядиной	50/150	90,95	18,51	20,67	18,95	337,14
ТК 348/15	Компот из кураги	200	17,30	0,78	0,04	27,63	114,80
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	40	5,60	3,04	0,36	18,76	104,40
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	20	2,60	1,32	0,22	9,48	41,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		820	165,75	33,04	33,53	129,38	821,47
ПОЛДНИК							
ТТК 06/22	Плюшка "Московская"	60	10,60	5,44	5,60	37,73	224,03
ТК 338/15	Яблоки свежие	100	25,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		160	35,60	5,84	6,00	47,53	271,03
УЖИН							
ТК 303/15	Каша вязкая ячневая	150	12,79	3,24	4,23	20,82	134,25
ТТК 225С/04/22	Голубцы мясные "Уралочка"	55/50	23,71	5,61	7,72	2,22	91,11
ТТК 157/08/22	Напиток из апельсинов	200	11,63	0,10	0,00	25,20	96,00
ТК 405/15	Хлебная булочка	35	2,13	2,44	1,63	16,78	84,49
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		490	50,26	11,39	13,58	65,02	405,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2310	361,00	76,95	82,48	371,91	2328,22

Зав. Производством

О.А.Первощикова

Бух.калькулятор

С.В.Назарова

Меню для тебя, школьник

16 марта 2025

ООО Школьник

№ рец.	Наименование	Выход блюда	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
ЗАВТРАК							
ТТК 223/15/22	Запеканка из творога со сгущ. молоком	100/10	65,21	18,30	12,93	22,55	279,60
ТТК 173/15/24	Каша вязк. мол. из хлоп. овсян. "Геркулес"	220	27,92	8,85	9,96	40,43	287,78
ТТК 376/15	Чай с сахаром	200/15	3,68	0,07	0,02	15,00	60,00
ТТК 1/15/23	Батон подмосковный	20	4,50	1,50	0,52	10,12	46,00
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		565	101,31	28,72	23,43	88,10	673,38
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ТТК 416/15/22	Рулетики с маком	75	11,14	4,30	7,90	24,50	186,00
ТТК 647/96/22	Напиток облепиховый	200	18,69	0,30	1,35	25,43	116,50
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		275	29,83	4,60	9,25	49,93	302,50
ОБЕД							
ТТК 52/15	Салат из свеклы отварной	100	13,71	1,41	6,01	8,26	92,80
ТТК 113/15/22	Суп лапша домашняя с окорочком	250/10	17,17	8,39	7,76	11,66	159,31
ТТК 304/15/22	Рис отварной	180	18,41	0,07	7,88	36,63	231,75
ТТК 744/22	Гуляш из филе куриного	50/50	74,81	24,10	11,30	11,20	245,00
ТТК 348/15/22	Компот из изюма	200	10,28	0,35	0,07	29,85	122,20
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	2,80	1,52	0,18	9,38	52,20
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	20	2,60	1,32	0,22	9,48	41,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		880	139,78	37,16	33,42	116,46	944,46
ПОЛДНИК							
ТТК 90/86/22	Кекс "Майский"	50	11,12	3,45	5,35	29,85	181,33
ТТК 348/15/22	Компот из чернослива	200	16,58	0,26	0,08	18,36	76,53
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		250	27,70	3,71	5,43	48,21	257,86
УЖИН							
ТТК 51/22	Салат картоф. с консер. огурцом	75	14,16	0,90	10,05	5,93	118,50
ТТК 271С/15/22	Котлета мясная домашняя	60	35,10	9,62	10,57	5,72	152,98
ТТК 156/08/22	Напиток из лимонов	200	10,32	0,10	0,00	24,20	93,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	2,80	1,52	0,18	9,38	52,20
ИТОГО ЗА ПРИЁМ		355	62,38	12,14	20,80	45,23	416,68
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2325	361,00	86,33	92,33	347,93	2594,88

Зав. Производством

О.А.Первощикова

Бух. калькулятор

С.В.Назарова