



Школа №83  
17 ноября 2022 г.



Директор \_\_\_\_\_

Согласовано \_\_\_\_\_

Номер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	----------	---------------------

### Завтрак детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 57	Рис припущенный	170	15,3	3,9	4,8	39,9	222,7
ТТК 392	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе с томатом	50/50	42,5	17,1	3,2	3,5	111,8
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	13,9	55
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	53	4,2	1,3	0,9	29,8	133,5
<b>ИТОГО :</b>		<b>530</b>	<b>67,00</b>	<b>22,50</b>	<b>8,90</b>	<b>87,10</b>	<b>523,00</b>

### Обед детей 1 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом	200	6,4	5,8	5	14,2	125,6
498	Мясо в суп 12,5 гр (окорочка)	10	6,8	2,4	1,2	0	20,5
ТТК 451	Биточек	90	60	16,1	12,4	14,8	233
ТТК 20	Картофельное пюре	150	17	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	13,7	53
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	3,8	1,2	0,9	28,1	125,9
<b>ИТОГО :</b>		<b>700</b>	<b>97,00</b>	<b>28,90</b>	<b>27,80</b>	<b>92,60</b>	<b>747,00</b>

### Обед детей 2 смена, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	70	7,35	1,1	3,5	5,3	58,1
ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/ 10	19,5	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 51	Плов из птицы	250	56,5	18,3	14,1	50,4	406
ТТК 187	Компот из вишни	200	10,5	0,2	0	23,7	92
ТТК 7	Батон	63	3,15	4,5	1	27	138,6
<b>ИТОГО :</b>		<b>806</b>	<b>97,00</b>	<b>28,70</b>	<b>25,80</b>	<b>116,90</b>	<b>818,00</b>

### Бесплатное питание 67 руб

ТТК 57	Рис припущенный	170	15,3	3,9	4,8	39,9	222,7
ТТК 392	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе с томатом	50/50	42,5	17,1	3,2	3,5	111,8
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5	0,2	0	13,9	55
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	53	4	1,3	0,9	29,8	133,5
<b>ИТОГО :</b>		<b>530</b>	<b>66,80</b>	<b>22,50</b>	<b>8,90</b>	<b>87,10</b>	<b>523,00</b>

### Бесплатное питание 60 руб

ТТК 57	Рис припущенный	150	13,5	3,5	4,2	35,3	196,5
ТТК 392	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе с томатом	50/50	42,5	17,1	3,2	3,5	111,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3	0,2	0	13,7	53
ТТК 7	Батон	20	1	1,4	0,3	8,6	44
<b>ИТОГО :</b>		<b>470</b>	<b>60,00</b>	<b>22,20</b>	<b>7,70</b>	<b>61,10</b>	<b>405,30</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_ / Шустова Марина Анатольевна /

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ / /