

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

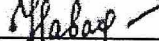
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 01.12.2022 года День 10

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	12,00	1шт/40г	5,08	4,60	0,28	0,03	62,84	№266/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	40,00	100	1,60	10,09	8,25	0,83	130,21	№9/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	35,00	100	3,29	10,09	7,74	0,77	134,95	№32/ЕСТН2018
САЛАТ ПО-КОМИ-ПЕРМЯЦКИ (ИЗ КВ.КАПУСТЫ С	55,00	100	7,29	15,23	2,84	0,28	177,63	№52/1994
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	38,00	100	0,74	10,09	1,97	0,20	101,64	№15/ЕСТН2018/
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40,00	100	6,42	7,98	11,37	1,14	142,94	№45/ЕСТН2018/
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ	28,00	250	2,87	2,96	20,77	2,08	121,18	№113/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО РУССКИ	95,00	240	21,00	12,12	24,18	2,42	289,77	№312/ЕСТН2018
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90Г	50,00	90	14,16	6,24	6,69	0,67	139,73	№303/ЕСТН2018
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	80,00	50	13,49	10,17	2,15	0,22	154,11	358/94
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 240Г	110,00	240	25,65	25,61	22,27	2,23	422,18	№327/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В СЫРЕ	75,00	80	21,52	18,93	0,32	0,03	257,70	№10.14/2003
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	55,00	90	17,32	5,51	9,18	0,92	155,86	№369/ЕСТН2018
ОЛАДЬИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ, ФАРШИРОВАННЫЕ	60,00	130	10,79	12,38	22,19	2,22	243,33	№3.51 /М2003
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	75,00	150/30	36,16	7,17	43,03	4,30	381,32	№278/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	38,00	200	7,84	7,73	36,76	3,68	248,01	№232/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
РИС ОТВАРНОЙ	35,00	150	3,80	5,43	39,65	3,97	222,63	№384/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	40,00	150	3,63	5,11	15,52	1,55	122,60	№377/ЕСТН2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С	20,00	200	0,55	0,03	29,72	2,97	121,31	№492/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК СЛОЕННЫЙ С МЯСОМ	45,00	60	9,38	14,58	19,00	1,90	244,72	689/94
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	28,00	60	4,44	5,84	35,18	3,52	210,99	№572/П2013/5
БАНТИКИ С КОРИЦЕЙ	30,00	60	5,43	6,17	44,95	4,50	257,29	№665П2013
ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ 100Г	35,00	100	8,37	8,20	52,09	5,21	316,08	№535/ЕСТН2018
ВАТРУШКА "ЛАКОМКА".	35,00	50	9,12	10,61	17,49	1,75	201,93	№543/ЕСТН2018
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./


"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

Директор  /Лебедева М.С./


Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 02.12.2022 года День 11

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)


Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ "СОЛНЫШКО".	30,00	100	1,08	0,20	14,68	1,47	64,84	№16/М 2003
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С	30,00	100	1,23	10,22	6,92	0,69	124,57	№3/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35,00	100	1,05	6,18	3,61	0,36	74,28	№17/ЕСТН2018/
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	35,00	100	1,56	10,18	8,80	0,88	133,09	№47/ЕСТН2018
ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ.	36,00	160	0,61	0,55	33,41	3,34	141,00	№447/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	35,00	250	3,13	4,80	13,18	1,32	108,40	№132/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	55,00	50/50	11,96	8,80	4,47	0,45	145,18	№230/Москва
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ПЕЧЕНЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	50,00	65	10,95	8,73	5,60	0,56	144,76	409/94
ШАШЛЫК ИЗ КУР	90,00	100/20	34,85	2,85	4,27	0,43	182,08	№10.10/М2003
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ.	65,00	90	15,72	23,26	13,52	1,35	326,47	№206/М2003/4
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	65,00	120	17,36	8,66	3,98	0,40	163,35	№364/ЕСТН2018
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ	60,00	87,5/37,5	9,08	23,31	9,72	0,97	284,97	438/1994
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО	75,00	150/30	30,21	6,60	51,46	5,15	386,20	№284/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	38,00	200	7,25	8,48	24,76	2,48	204,42	№231/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	35,00	150	8,66	7,15	39,09	3,91	255,35	№204/ЕСТН2018
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	30,00	150	4,66	5,98	33,17	3,32	205,16	№209/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	50,00	150	4,08	3,75	6,85	0,69	77,44	№156/ЕСТН/2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	25,00	200			18,60	1,86	74,40	№506/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕННЫЙ	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ПИРОЖОК СЛОЕННЫЙ С ТВОРОГОМ	35,00	60	8,65	8,76	21,39	2,14	198,98	689/94
ПИРОЖОК СЛОЕННЫЙ С ФРУКТАМИ	35,00	60	3,54	8,59	28,14	2,81	203,99	689/94
БУЛОЧКА "ПЕРМСКАЯ" 75Г	30,00	75	4,87	8,31	38,97	3,90	250,13	№554/П2013/5
ТВОРОЖНИКИ ПЕСОЧНЫЕ	35,00	50	6,52	6,60	22,20	2,22	174,28	№577/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

Директор  /Лебедева М.С./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ №77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

Директор  /Иконникова Е.Е./



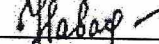
Меню на 03.12.2022 года День 12

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30,00	100	0,67	8,09	1,82	0,18	82,74	№14/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30,00	100	1,17	8,08	11,18	1,12	122,14	№21/ЕСТН2018/
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	38,00	100	1,19	5,13	3,37	0,34	64,40	№38/М
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	35,00	100	3,29	10,09	7,74	0,77	134,95	№32/ЕСТН2018
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40,00	100	6,42	7,98	11,37	1,14	142,94	№45/ЕСТН2018/
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ" (С КРУПОЙ)	35,00	250/5	2,02	5,88	7,50	0,75	91,19	№105/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,95	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ТУШЕНОЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	55,00	75/30	15,92	3,30	4,05	0,41	109,55	№369/Сб.ш.лит.2
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80,00	100	15,61	17,47	4,67	0,47	238,39	№326/ЕСТН2018
ШАШЛЫК ИЗ КУР	90,00	100/20	34,85	2,85	4,27	0,43	182,08	№10.10/М2003
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	65,00	90	14,78	13,37	10,58	1,06	221,91	№341/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША "ДРУЖБА".	40,00	200	5,34	10,31	28,35	2,84	227,54	№225/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150Г	40,00	150	3,02	5,49	24,29	2,43	158,66	№239/П2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ)	40,00	150	4,12	9,13	19,64	1,96	177,23	№174/ЕСТН2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№456/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С ВИТАМИНОМ С)	25,00	200	1,04	0,06	25,17	2,52	105,38	№491/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАРТОФЕЛЕМ	28,00	75	5,45	6,55	34,51	3,45	218,77	515/М
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕНый	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	35,00	75	12,34	2,98	32,27	3,23	205,20	№528/ЕСТН2018
ГРЕБЕШОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 75Г	28,00	75	7,26	5,61	59,67	5,97	318,21	№573/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018


Зав. производ  /Бойко Е.В./



Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

Директор  /Лебедева М.С./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

Директор  /Иконникова Е.Е./

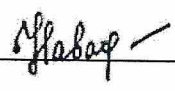


Меню на 05.12.2022 года День 1

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	28,00	100	1,76	10,09	9,85	0,99	137,25	№1/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	30,00	100	1,27	6,13	18,61	1,86	134,64	№24/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30,00	100	0,67	8,09	1,82	0,18	82,74	№14/ЕСТН2018/
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
САЛАТ ФРУКТОВЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	50,00	130	2,93	2,57	26,34	2,63	140,22	№406/М 2003
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО	35,00	250/5	2,00	0,94	12,96	1,30	68,40	№92/ЕСТН2018/
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	55,00	120	12,50	7,14	5,42	0,54	135,96	№343/П2013/5
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,96	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70,00	100	26,83	23,04	0,51	0,05	316,74	№439/Диет.сб.М
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	60,00	90	16,54	10,83	13,86	1,39	219,28	№347/ЕСТН2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50,00	150	13,53	19,30	3,55	0,36	242,07	№267/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	37,00	200	7,34	6,61	37,30	3,73	237,99	№229/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	40,00	150	3,24	5,96	21,78	2,18	153,72	№374/ЕСТН2018
ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	40,00	150	3,29	1,76	6,67	0,67	55,63	№169ЕСТН2018/
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	40,00	100	10,19	9,83	58,51	5,85	363,33	№537/ЕСТН2018
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	35,00	72	6,56	6,81	29,32	2,93	204,83	696/94
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ ПЕЧЕНЫЙ	28,00	75	4,46	3,54	44,14	4,41	226,20	№738/2004
ПИРОЖОК СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	30,00	75	4,44	3,62	34,72	3,47	189,19	№738/2004
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПЛЮШКА "ЭСТОНСКАЯ С СЫРОМ"	30,00	50	6,40	9,04	20,70	2,07	189,75	522/М
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	20,00	60	5,72	5,36	34,83	3,48	210,40	№538/ЕСТН2018
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"
МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

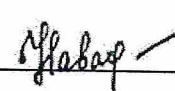
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 06.12.2022 года День 2

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И	35,00	100	1,72	6,51	11,81	1,18	112,71	№73/П2013/5
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30,00	100	0,97	8,21	8,19	0,82	110,54	№22/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35,00	100	0,95	8,15	3,53	0,35	91,24	№18/ЕСТН2018/
САЛАТ "ОСЕННИЙ СОН"	30,00	100	1,49	5,11	9,59	0,96	90,31	№10/2001
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	35,00	100	3,29	10,09	7,74	0,77	134,95	№32/ЕСТН2018
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	15,00	100	5,00	3,20	3,50	0,35	62,80	№468/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ"	30,00	250/5	1,97	5,95	9,52	0,95	99,65	№101/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	75,00	120	16,17	9,13	3,55	0,36	161,36	№297/ЕСТН2018
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО РУССКИ	70,00	240	16,67	6,93	24,18	2,42	225,76	№312/ЕСТН2018
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 50/20	80,00	70	16,41	15,64	10,50	1,05	248,38	№323/ЕСТН2018
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 240Г	95,00	240	19,68	20,24	50,32	5,03	462,17	№329/ЕСТН2018
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	70,00	100	14,68	23,58	5,68	0,57	294,23	№193/М2003/4
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	55,00	90	17,32	5,51	9,18	0,92	155,86	№369/ЕСТН2018
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	75,00	150/30	34,89	7,12	51,24	5,12	408,71	№285/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	40,00	200	7,66	10,57	39,14	3,91	282,34	№220/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КРАСНОЕ ЛОБИО С МАСЛОМ.	45,00	130	13,37	13,29	32,17	3,22	301,81	№1435/1968
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	50,00	150	4,08	3,75	6,85	0,69	77,44	№156ЕСТН/2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	25,00	200	0,68	0,28	24,63	2,46	103,76	№493/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	35,00	75	12,34	2,98	32,27	3,23	205,20	№528/ЕСТН2018
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕННЫЙ	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ПЛЮШКА С САХАРОМ 60Г	20,00	60	4,26	2,79	39,66	3,97	200,77	106/86
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	35,00	50	6,26	7,98	36,17	3,62	241,60	№584/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

"Согласовано"
МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

Директор  /Лебедева М.С./

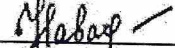
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 07.12.2022 года День 3

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	12,00	1шт/40г	5,08	4,60	0,28	0,03	62,84	№266/ЕСТН2018
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30,00	100	1,36	10,17	6,66	0,67	124,14	№2/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	40,00	100	0,93	10,08	2,61	0,26	104,92	№13/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	28,00	100	1,45	6,15	13,25	1,33	114,14	№29/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30,00	100	1,17	8,08	11,18	1,12	122,14	№21/ЕСТН2018/
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ"	55,00	250/5	11,87	15,46	4,41	0,44	204,41	№108/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	55,00	50/50	11,96	8,80	4,47	0,45	145,18	№230/Москва
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,96	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ 90/50	50,00	90/50	14,02	3,65	9,40	0,94	126,71	№347/П2013/5
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80,00	100	15,61	17,47	4,67	0,47	238,39	№326/ЕСТН2018
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 240Г	110,00	240	25,65	25,61	22,27	2,23	422,18	№327/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В СЫРЕ	75,00	80	21,52	18,93	0,32	0,03	257,70	№10.14/2003
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70,00	90/5	29,24	8,58	0,61	0,06	196,63	№440/Диет.сб.20
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	60,00	90	16,54	10,83	13,86	1,39	219,28	№347/ЕСТН2018
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ	60,00	87,5/37,5	9,08	23,31	9,72	0,97	284,97	438/1994
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	38,00	200	7,25	8,48	24,76	2,48	204,42	№231/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ	40,00	150	3,69	8,42	18,63	1,86	165,73	№179/ЕСТН2018
ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	40,00	150	3,36	1,75	7,53	0,75	59,28	№169/ЕСТН2018/
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С ВИТАМИНОМ С)	25,00	200	1,04	0,06	25,17	2,52	105,38	№491/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
КОТЛЕТКА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	45,00	100Г	12,65	11,85	36,35	3,64	302,72	№747/2004
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	30,00	75	4,44	3,62	34,72	3,47	189,19	№738/2004
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	35,00	50	6,26	7,98	36,17	3,62	241,60	№584/П2013/5
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	20,00	60	4,32	4,98	36,50	3,65	208,06	№541/ЕСТН2018
СЛОЙКА "СВЕРДЛОВСКАЯ".	37,50	75	6,06	10,18	43,30	4,33	289,10	№557/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

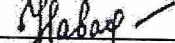
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 08.12.2022 года День 4

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-й ВАРИАНТ)	25,00	45	6,77	9,07	9,73	0,97	147,84	№62/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С	30,00	100	1,23	10,22	6,92	0,69	124,57	№3/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35,00	100	1,05	6,18	3,61	0,36	74,28	№17/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	25,00	100	1,44	6,09	8,45	0,85	94,36	№26/ЕСТН2018
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40,00	100	6,42	7,98	11,37	1,14	142,94	№45/ЕСТН2018/
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ	28,00	250	2,87	2,96	20,77	2,08	121,18	№113/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА АППЕТИТНАЯ (ГОРБУША)	80,00	150	15,56	17,36	10,89	1,09	262,32	321/94
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ В ОМЛЕТЕ 75	55,00	75	11,99	9,78	5,05	0,51	156,21	№148 2001
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 240Г	90,00	240/5	17,44	12,83	41,51	4,15	351,28	№352/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, С	115,00	240/5	30,41	32,80	34,21	3,42	553,73	№332/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70,00	90/5	29,24	8,58	0,61	0,06	196,63	№440/Диет.сб.20
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ.	65,00	90	12,59	17,90	9,30	0,93	248,86	№168/М2003
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50,00	150	13,53	19,30	3,55	0,36	242,07	№267/ЕСТН2018
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КАПУСТЫ.	40,00	100/5	3,74	10,94	12,95	1,30	165,23	229/94
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША "ДРУЖБА".	40,00	200	5,34	10,31	28,35	2,84	227,54	№225/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ПО-КАРПАТСКИ.	40,00	150	4,07	16,17	31,50	3,15	287,80	№226
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	35,00	150	6,96	8,55	25,11	2,51	205,23	№248/ЕСТН2013
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С	20,00	200	0,55	0,03	29,72	2,97	121,31	№492/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ, С	30,00	75	4,91	4,70	28,44	2,84	175,67	№738/2004
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕНый	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	35,00	72	6,56	6,81	29,32	2,93	204,83	696/94
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 60Г	24,00	60	4,17	7,05	36,98	3,70	228,10	№555/П2013/5
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	28,00	60	4,44	5,84	35,18	3,52	210,99	№572/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

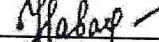
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 09.12.2022 года День 5

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30,00	100	0,97	8,21	8,19	0,82	110,54	№22/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	38,00	100	0,74	10,09	1,97	0,20	101,64	№15/ЕСТН2018/
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	28,00	100	1,28	8,09	6,86	0,69	105,37	№31/ЕСТН2018
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	38,00	100	1,19	5,13	3,37	0,34	64,40	№38/М
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО	35,00	250/5	2,32	1,14	17,47	1,75	89,53	№97/ЕСТН2018/
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	18,05	5,99	0,65	0,07	128,74	№294/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	55,00	50/50	11,96	8,80	4,47	0,45	145,18	№230/Москва
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В СЫРЕ	75,00	80	21,52	18,93	0,32	0,03	257,70	№10.14/2003
ШАШЛЫК ИЗ КУР	90,00	100/20	34,85	2,85	4,27	0,43	182,08	№10.10/М2003
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	55,00	90	17,32	5,51	9,18	0,92	155,86	№369/ЕСТН2018
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 90Г	65,00	90	14,42	14,09	8,68	0,87	219,37	№405/Диет.сб.20
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	40,00	200	7,66	10,57	39,14	3,91	282,34	№220/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	40,00	150	3,24	5,96	21,78	2,18	153,72	№374/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	50,00	150	4,08	3,75	6,85	0,69	77,44	№156ЕСТН/2018
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ	30,00	150	5,44	6,02	33,53	3,35	210,10	№256/ЕСТН2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ /С ВИТАМИНОМ	25,00	200	0,33	0,21	20,22	2,02	84,10	№485/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	40,00	100	10,19	9,83	58,51	5,85	363,33	№537/ЕСТН2018
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК СЛОЕННЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	35,00	60	3,80	9,69	19,36	1,94	179,85	689/94
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	35,00	72	6,56	6,81	29,32	2,93	204,83	686/94
ГРЕБЕШОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 75Г	28,00	75	7,25	5,61	59,68	5,97	318,21	№573/П2013/5
МАННИК 100Г	38,00	100	5,77	6,31	33,17	3,32	212,57	№547/ЕСТН2018
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

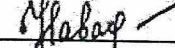
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 10.12.2022 года День 6

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	N рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
СЫР СЫЧУЖНЫЙ ТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)20Г	18,00	20	5,12	5,22			67,46	№72/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	28,00	100	1,76	10,09	9,85	0,99	137,25	№1/ЕСТН2018/5
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	35,00	100	1,37	10,18	8,55	0,86	131,31	№47/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35,00	100	1,05	6,18	3,61	0,36	74,28	№17/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ "СОЛНЫШКО".	30,00	100	1,31	0,15	22,52	2,25	96,65	53/М
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	45,00	250	9,41	12,40	16,84	1,68	216,59	№120/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,96	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
МЯСО ТУШЕНОЕ.	65,00	80	12,72	14,65	2,03	0,20	190,87	№320/ЕСТН2018
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	65,00	50/50	13,76	9,58	8,93	0,89	177,32	408/94
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70,00	100	26,83	23,04	0,51	0,05	316,74	№439/Диет.сб.М
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ.	65,00	90	12,59	17,90	9,30	0,93	248,86	№168/М2003
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО	75,00	150/30	30,21	6,60	51,46	5,15	386,20	№284/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША "ЯНТАРНАЯ".	40,00	200	8,43	11,40	39,50	3,95	294,51	№269/П2013/5
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
РИС ОТВАРНОЙ	35,00	150	3,80	5,43	39,65	3,97	222,63	№384/ЕСТН2018
КАБАЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ.	45,00	150	1,43	5,47	12,31	1,23	104,21	№234/П2008
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	30,00	200	0,21	0,15	17,43	1,74	71,91	№489/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	40,00	100	10,19	9,83	58,51	5,85	363,33	№537/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	30,00	75	4,44	3,62	34,72	3,47	189,19	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ, С	30,00	75	4,91	4,70	28,44	2,84	175,67	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	35,00	72	6,56	6,81	29,32	2,93	204,83	696/94
БУЛОЧКА "ПЕРМСКАЯ"	25,00	60	3,89	6,65	31,18	3,12	200,10	№554/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

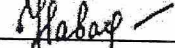
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 12.12.2022 года День 7

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30,00	100	1,17	8,08	11,18	1,12	122,14	№21/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ И СВЕКЛЫ	28,00	100	1,73	10,09	6,39	0,64	123,29	№4/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	40,00	100	0,93	10,08	2,61	0,26	104,92	№13/ЕСТН2018
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30,00	100	0,67	8,09	1,82	0,18	82,74	№14/ЕСТН2018/
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-й)	30,00	250	5,70	4,32	21,92	2,19	149,33	№144/П2013/5
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
ФИЛЕ ГОРБУШИ В ЯЙЦЕ	60,00	67,5	15,09	11,76	4,28	0,43	183,27	ДИЕТСБОРНИК
РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	45,00	100	10,39	3,92	2,95	0,30	88,91	№297/ЕСТН2018
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В СЫРЕ	75,00	80	21,52	18,93	0,32	0,03	257,70	№10.14/2003
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	60,00	90	16,54	10,83	13,86	1,39	219,28	№347/ЕСТН2018
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	65,00	120	17,36	8,66	3,98	0,40	163,35	№364/ЕСТН2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50,00	150	13,53	19,30	3,55	0,36	242,07	№267/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	35,00	150	8,66	7,15	39,09	3,91	255,35	№204/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	40,00	150/7,5	3,17	6,06	25,40	2,54	168,80	№150/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	50,00	150	4,08	3,75	6,85	0,69	77,44	№156/ЕСТН/2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕНый	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С ЗЕЛЕНым ЛУКОМ, С	30,00	75	4,91	4,70	28,44	2,84	175,67	№738/2004
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ.	30,00	75	4,64	2,58	52,70	5,27	252,57	№527/ЕСТН2018
БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"	25,00	60	4,42	9,43	34,66	3,47	241,19	№560/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"
МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

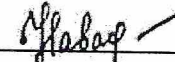
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 13.12.2022 года День 8

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35,00	100	0,95	8,15	3,53	0,35	91,24	№18/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30,00	100	0,97	8,21	8,19	0,82	110,54	№22/ЕСТН2018/
САЛАТ "БУРЯЧОК"	30,00	100	1,58	8,46	7,63	0,76	113,02	17/М
САЛАТ "ПОЛОНЬСКИЙ"	42,00	100	1,17	10,11	4,44	0,44	113,44	1062/СБ.НАЦ.КУ
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40,00	100	6,42	7,98	11,37	1,14	142,94	№45/ЕСТН2018/
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	30,00	250/5	2,02	6,02	11,33	1,13	107,61	№114/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90Г	50,00	90	14,16	6,24	6,69	0,67	139,73	№303/ЕСТН2018
ФИЛЕ ГОРБУШИ, ЗАПЕЧЕННОЕ ПО-РУССКИ.	70,00	50/100/62,	16,80	13,62	26,67	2,67	296,43	319/94
СВИНИНА ПО-ДОМАШНЕМУ	70,00	50/50	11,87	33,74	5,48	0,55	373,48	9,23/2005 М
БИГУС	115,00	200	23,90	24,59	8,97	0,90	352,79	№328/ЕСТН2018
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ 90/5	70,00	90/5	29,42	12,51	0,68	0,07	233,00	№443/Диет.сб.М
ШАШЛЫК ИЗ КУР	90,00	100/20	34,85	2,85	4,27	0,43	182,08	№10.10/М2003
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 90/5	65,00	90/5	13,24	13,90	9,00	0,90	214,19	№346/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	40,00	200	5,60	6,88	33,27	3,33	217,40	№233/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
РИС ОТВАРНОЙ	35,00	150	3,80	5,43	39,65	3,97	222,63	№384/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	35,00	150	6,96	8,55	25,11	2,51	205,23	№248/ЕСТН2013
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	50,00	150	4,08	3,75	6,85	0,69	77,44	№156ЕСТН/2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	25,00	200	0,68	0,28	24,63	2,46	103,76	№493/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК СЛОЕННЫЙ С ТВОРОГОМ	35,00	60	8,65	8,76	21,39	2,14	198,98	689/94
ПИРОЖОК СЛОЕННЫЙ С ФРУКТАМИ	35,00	60	3,54	8,59	28,14	2,81	203,99	689/94
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	686/94
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ.	30,00	75	4,52	8,18	45,16	4,52	272,33	№544/ЕСТН2018
БУЛОЧКА "МЕДОВУШКА".	22,00	60	4,67	4,80	36,66	3,67	208,57	№556/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением английского языка" г. Перми

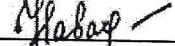
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 14.12.2022 года День 9

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35,00	100	1,05	6,18	3,61	0,36	74,28	№17/ЕСТН2018/
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	35,00	100	2,11	10,29	11,88	1,19	148,59	№42/ЕСТН2018/
САЛАТ "ВОСТОРГ" *	30,00	100	1,52	5,18	12,25	1,23	102,17	20/М
САЛАТ ФРУКТОВЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	50,00	130	2,93	2,57	26,34	2,63	140,22	№406/М 2003
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО	35,00	250/5	2,00	0,94	12,96	1,30	68,40	№92/ЕСТН2018/
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,96	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	55,00	120	12,50	7,14	5,42	0,54	135,96	№343/П2013/5
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 50/20	80,00	70	16,41	15,64	10,50	1,05	248,38	№323/ЕСТН2018
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	70,00	100	14,68	23,58	5,68	0,57	294,23	№193/М2003/4
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70,00	100	26,83	23,04	0,51	0,05	316,74	№439/Диет.сб.М
КУРИНАЯ ГРУДКА ФАРШИРОВАННАЯ 90Г	80,00	90	22,89	12,17	3,57	0,36	215,37	№854/М2011
ФИЛЕ ИЗ КУР В СЫРЕ	75,00	80	21,52	18,93	0,32	0,03	257,70	№10.14/2003
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ.	65,00	90	12,59	17,90	9,30	0,93	248,86	№168/М2003
КОТЛЕТЫ КАПУСТНО-МОРКОВНЫЕ СО СМЕТАНОЙ	30,00	75/20	3,88	11,15	13,31	1,33	169,58	225/94
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	38,00	200	6,29	6,58	31,89	3,19	211,94	№226/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	35,00	150	3,64	5,41	37,99	3,80	215,19	№385/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО	40,00	150	3,74	15,13	30,44	3,04	272,89	№376/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ)	40,00	150	4,12	9,13	19,64	1,96	177,23	№174/ЕСТН2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК /С ВИТАМИНОМ С/	25,00	200	0,16	0,16	18,89	1,89	77,64	№484/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	40,00	100	10,19	9,83	58,51	5,85	363,33	№537/ЕСТН2018
КОТЛЕТА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	45,00	100Г	12,65	11,85	36,35	3,64	302,72	№747/2004
ПЛЮШКА "ЭСТОНСКАЯ С СЫРОМ"	30,00	50	6,40	9,04	20,70	2,07	189,75	522/М
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	18,00	50	4,26	5,40	28,95	2,90	181,46	№542/ЕСТН2018
РУЛЕТ С ОРЕХАМИ 80Г	35,00	80	7,76	13,84	42,06	4,21	323,84	№581/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

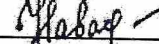
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 15.12.2022 года День 10

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	12,00	1шт/40г	5,08	4,60	0,28	0,03	62,84	№266/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	40,00	100	1,60	10,09	8,25	0,83	130,21	№9/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	35,00	100	3,29	10,09	7,74	0,77	134,95	№32/ЕСТН2018
САЛАТ ПО-КОМИ-ПЕРМЯЦКИ (ИЗ КВ.КАПУСТЫ С	55,00	100	7,29	15,23	2,84	0,28	177,63	№52/1994
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	38,00	100	0,74	10,09	1,97	0,20	101,64	№15/ЕСТН2018/
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40,00	100	6,42	7,98	11,37	1,14	142,94	№45/ЕСТН2018/
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ	28,00	250	2,87	2,96	20,77	2,08	121,18	№113/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО РУССКИ	95,00	240	21,00	12,12	24,18	2,42	289,77	№312/ЕСТН2018
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90Г	50,00	90	14,16	6,24	6,69	0,67	139,73	№303/ЕСТН2018
ЯЗЫК ГОВЯЖИЙ ОТВАРНОЙ	80,00	50	13,49	10,17	2,15	0,22	154,11	358/94
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 240Г	110,00	240	25,65	25,61	22,27	2,23	422,18	№327/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В СЫРЕ	75,00	80	21,52	18,93	0,32	0,03	257,70	№10.14/2003
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	55,00	90	17,32	5,51	9,18	0,92	155,86	№369/ЕСТН2018
ОЛАДЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ, ФАРШИРОВАННЫЕ	60,00	130	10,79	12,38	22,19	2,22	243,33	№3.51 /М2003
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	75,00	150/30	36,16	7,17	43,03	4,30	381,32	№278/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	38,00	200	7,84	7,73	36,76	3,68	248,01	№232/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
РИС ОТВАРНОЙ	35,00	150	3,80	5,43	39,65	3,97	222,63	№384/ЕСТН2018
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	40,00	150	3,63	5,11	15,52	1,55	122,60	№377/ЕСТН2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С	20,00	200	0,55	0,03	29,72	2,97	121,31	№492/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С МЯСОМ	45,00	60	9,38	14,58	19,00	1,90	244,72	689/94
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	28,00	60	4,44	5,84	35,18	3,52	210,99	№572/П2013/5
БАНТИКИ С КОРИЦЕЙ	30,00	60	5,43	6,17	44,95	4,50	257,29	№665П2013
ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ 100Г	35,00	100	8,37	8,20	52,09	5,21	316,08	№535/ЕСТН2018
ВАТРУШКА "ЛАКОМКА".	35,00	50	9,12	10,61	17,49	1,75	201,93	№543/ЕСТН2018
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

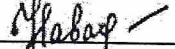
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 16.12.2022 года День 11

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ "СОЛНЫШКО".	30,00	100	1,08	0,20	14,68	1,47	64,84	№16/М 2003
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С	30,00	100	1,23	10,22	6,92	0,69	124,57	№3/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35,00	100	1,05	6,18	3,61	0,36	74,28	№17/ЕСТН2018/
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	35,00	100	1,56	10,18	8,80	0,88	133,09	№47/ЕСТН2018
ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ.	36,00	160	0,61	0,55	33,41	3,34	141,00	№447/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	35,00	250	3,13	4,80	13,18	1,32	108,40	№132/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	55,00	50/50	11,96	8,80	4,47	0,45	145,18	№230/Москва
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ПЕЧЕНЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	50,00	65	10,95	8,73	5,60	0,56	144,76	409/94
ШАШЛЫК ИЗ КУР	90,00	100/20	34,85	2,85	4,27	0,43	182,08	№10.10/М2003
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ.	65,00	90	15,72	23,26	13,52	1,35	326,47	№206/М2003/4
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	65,00	120	17,36	8,66	3,98	0,40	163,35	№364/ЕСТН2018
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ	60,00	87,5/37,5	9,08	23,31	9,72	0,97	284,97	438/1994
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО	75,00	150/30	30,21	6,60	51,46	5,15	386,20	№284/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	38,00	200	7,25	8,48	24,76	2,48	204,42	№231/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	35,00	150	8,66	7,15	39,09	3,91	255,35	№204/ЕСТН2018
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	30,00	150	4,66	5,98	33,17	3,32	205,16	№209/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	50,00	150	4,08	3,75	6,85	0,69	77,44	№156/ЕСТН/2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	25,00	200			18,60	1,86	74,40	№506/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕНый	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ТВОРОГОМ	35,00	60	8,65	8,76	21,39	2,14	198,98	689/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ФРУКТАМИ	35,00	60	3,54	8,59	28,14	2,81	203,99	689/94
БУЛОЧКА "ПЕРМСКАЯ" 75Г	30,00	75	4,87	8,31	38,97	3,90	250,13	№554/П2013/5
ТВОРОЖНИКИ ПЕСОЧНЫЕ	35,00	50	6,52	6,60	22,20	2,22	174,28	№577/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми


Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 17.12.2022 года День 12

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30,00	100	0,67	8,09	1,82	0,18	82,74	№14/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30,00	100	1,17	8,08	11,18	1,12	122,14	№21/ЕСТН2018/
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	38,00	100	1,19	5,13	3,37	0,34	64,40	№38/М
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	35,00	100	3,29	10,09	7,74	0,77	134,95	№32/ЕСТН2018
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40,00	100	6,42	7,98	11,37	1,14	142,94	№45/ЕСТН2018/
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ" (С КРУПОЙ)	35,00	250/5	2,02	5,88	7,50	0,75	91,19	№105/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,96	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ТУШЕНОЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	55,00	75/30	15,92	3,30	4,05	0,41	109,55	№369/Сб.ш.пит.2
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80,00	100	15,61	17,47	4,67	0,47	238,39	№326/ЕСТН2018
ШАШЛЫК ИЗ КУР	90,00	100/20	34,85	2,85	4,27	0,43	182,08	№10.10/М2003
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	65,00	90	14,78	13,37	10,58	1,06	221,91	№341/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША "ДРУЖБА".	40,00	200	5,34	10,31	28,35	2,84	227,54	№225/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150Г	40,00	150	3,02	5,49	24,29	2,43	158,66	№239/П2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (1-Й ВАРИАНТ)	40,00	150	4,12	9,13	19,64	1,96	177,23	№174/ЕСТН2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С ВИТАМИНОМ С)	25,00	200	1,04	0,06	25,17	2,52	105,38	№491/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАРТОФЕЛЕМ	28,00	75	5,45	6,55	34,51	3,45	218,77	515/М
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕНый	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	35,00	75	12,34	2,98	32,27	3,23	205,20	№528/ЕСТН2018
ГРЕБЕШОК ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 75Г	28,00	75	7,25	5,61	59,68	5,97	318,21	№573/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

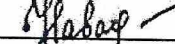
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 19.12.2022 года День 1

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	28,00	100	1,76	10,09	9,85	0,99	137,25	№1/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	30,00	100	1,27	6,13	18,61	1,86	134,64	№24/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30,00	100	0,67	8,09	1,82	0,18	82,74	№14/ЕСТН2018/
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
САЛАТ ФРУКТОВЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	50,00	130	2,93	2,57	26,34	2,63	140,22	№406/М 2003
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО	35,00	250/5	2,00	0,94	12,96	1,30	68,40	№92/ЕСТН2018/
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	55,00	140	27,07	15,48	11,75	1,18	294,58	№343/П2013/5
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,95	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70,00	100	26,83	23,04	0,51	0,05	316,74	№439/Диет.сб.М
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	60,00	90	16,54	10,83	13,86	1,39	219,28	№347/ЕСТН2018
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50,00	150	13,53	19,30	3,55	0,36	242,07	№267/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	37,00	200	7,34	6,61	37,30	3,73	237,99	№229/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	40,00	150	3,24	5,96	21,78	2,18	153,72	№374/ЕСТН2018
ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	40,00	150	3,29	1,76	6,67	0,67	55,63	№169ЕСТН2018/
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	40,00	100	10,19	9,83	58,51	5,85	363,33	№537/ЕСТН2018
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	35,00	72	6,56	6,81	29,32	2,93	204,83	696/94
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ ПЕЧЕНЫЙ	28,00	75	4,46	3,54	44,14	4,41	226,20	№738/2004
ПИРОЖОК СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	30,00	75	4,44	3,62	34,72	3,47	189,19	№738/2004
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПЛЮШКА "ЭСТОНСКАЯ С СЫРОМ"	30,00	50	6,40	9,04	20,70	2,07	189,75	522/М
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	20,00	60	5,72	5,36	34,83	3,48	210,40	№538/ЕСТН2018
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 20.12.2022 года День 2

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И	35,00	100	1,72	6,51	11,81	1,18	112,71	№73/П2013/5
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30,00	100	0,97	8,21	8,19	0,82	110,54	№22/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35,00	100	0,95	8,15	3,53	0,35	91,24	№18/ЕСТН2018/
САЛАТ "ОСЕННИЙ СОН"	30,00	100	1,49	5,11	9,59	0,96	90,31	№10/2001
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	35,00	100	3,29	10,09	7,74	0,77	134,95	№32/ЕСТН2018
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	15,00	100	5,00	3,20	3,50	0,35	62,80	№468/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ"	30,00	250/5	1,97	5,95	9,52	0,95	99,65	№101/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	75,00	120	16,17	9,13	3,55	0,36	161,36	№297/ЕСТН2018
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО РУССКИ	70,00	240	16,67	6,93	24,18	2,42	225,76	№312/ЕСТН2018
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ 50/20	80,00	70	16,41	15,64	10,50	1,05	248,38	№323/ЕСТН2018
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 240Г	95,00	240	19,68	20,24	50,32	5,03	462,17	№329/ЕСТН2018
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	70,00	100	14,68	23,58	5,68	0,57	294,23	№193/М2003/4
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	55,00	90	17,32	5,51	9,18	0,92	155,86	№369/ЕСТН2018
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	75,00	150/30	34,89	7,12	51,24	5,12	408,71	№285/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	40,00	200	7,66	10,57	39,14	3,91	282,34	№220/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КРАСНОЕ ЛОБИО С МАСЛОМ.	45,00	130	13,37	13,29	32,17	3,22	301,81	№1435/1968
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	50,00	150	4,08	3,75	6,85	0,69	77,44	№156ЕСТН/2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	25,00	200	0,68	0,28	24,63	2,46	103,76	№493/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	35,00	75	12,34	2,98	32,27	3,23	205,20	№528/ЕСТН2018
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕНЬИ	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ПЛЮШКА С САХАРОМ 60Г	20,00	60	4,26	2,79	39,66	3,97	200,77	106/86
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	35,00	50	6,26	7,98	36,17	3,62	241,60	№584/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

Директор  /Лебедева М.С./

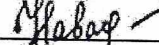
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 21.12.2022 года День 3

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	12,00	1шт/40г	5,08	4,60	0,28	0,03	62,84	№266/ЕСТН2018
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30,00	100	1,36	10,17	6,66	0,67	124,14	№2/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	40,00	100	0,93	10,08	2,61	0,26	104,92	№13/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	28,00	100	1,45	6,15	13,25	1,33	114,14	№29/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30,00	100	1,17	8,08	11,18	1,12	122,14	№21/ЕСТН2018/
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ"	55,00	250/5	11,87	15,46	4,41	0,44	204,41	№108/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	55,00	50/50	11,96	8,80	4,47	0,45	145,18	№230/Москва
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,95	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ 90/50	50,00	90/50	14,02	3,65	9,40	0,94	126,71	№347/П2013/5
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80,00	100	15,61	17,47	4,67	0,47	238,39	№326/ЕСТН2018
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 240Г	110,00	240	25,65	25,61	22,27	2,23	422,18	№327/ЕСТН2018
ФИЛЕ ИЗ КУР В СЫРЕ	75,00	80	21,52	18,93	0,32	0,03	257,70	№10.14/2003
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70,00	90/5	29,24	8,58	0,61	0,06	196,63	№440/Диет.сб.20
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	60,00	90	16,54	10,83	13,86	1,39	219,28	№347/ЕСТН2018
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ	60,00	87,5/37,5	9,08	23,31	9,72	0,97	284,97	438/1994
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	38,00	200	7,25	8,48	24,76	2,48	204,42	№231/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ	40,00	150	3,69	8,42	18,63	1,86	165,73	№179/ЕСТН2018
ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	40,00	150	3,36	1,75	7,53	0,75	59,28	№169/ЕСТН2018/
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (С ВИТАМИНОМ С)	25,00	200	1,04	0,06	25,17	2,52	105,38	№491/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
КОТЛЕТА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	45,00	100Г	12,65	11,85	36,35	3,64	302,72	№747/2004
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	30,00	75	4,44	3,62	34,72	3,47	189,19	№738/2004
КЕКС "ТВОРОЖНЫЙ".	35,00	50	6,26	7,98	36,17	3,62	241,60	№584/П2013/5
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	20,00	60	4,32	4,98	36,50	3,65	208,06	№541/ЕСТН2018
СЛОЙКА "СВЕРДЛОВСКАЯ".	37,50	75	6,06	10,18	43,30	4,33	289,10	№557/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

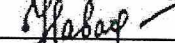
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 22.12.2022 года День 4

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-й ВАРИАНТ)	25,00	45	6,77	9,07	9,73	0,97	147,84	№62/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С	30,00	100	1,23	10,22	6,92	0,69	124,57	№3/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35,00	100	1,05	6,18	3,61	0,36	74,28	№17/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	25,00	100	1,44	6,09	8,45	0,85	94,36	№26/ЕСТН2018
САЛАТ СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	40,00	100	6,42	7,98	11,37	1,14	142,94	№45/ЕСТН2018/
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ	28,00	250	2,87	2,96	20,77	2,08	121,18	№113/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА АППЕТИТНАЯ (ГОРБУША)	80,00	150	15,56	17,36	10,89	1,09	262,32	321/94
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ В ОМЛЕТЕ 75	55,00	75	11,99	9,78	5,05	0,51	156,21	№148 2001
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 240Г	90,00	240/5	17,80	12,87	43,87	4,39	362,53	№352/ЕСТН2018
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, С	115,00	240/5	30,41	32,80	34,21	3,42	553,73	№332/ЕСТН2018
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70,00	90/5	29,24	8,58	0,61	0,06	196,63	№440/Диет.сб.20
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ.	65,00	90	12,59	17,90	9,30	0,93	248,86	№168/М2003
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50,00	150	13,53	19,30	3,55	0,36	242,07	№267/ЕСТН2018
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КАПУСТЫ.	40,00	100/5	3,74	10,94	12,95	1,30	165,23	229/94
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША "ДРУЖБА".	40,00	200	5,34	10,31	28,35	2,84	227,54	№225/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
ОВОЩИ ПО-КАРПАТСКИ.	40,00	150	4,07	16,17	31,50	3,15	287,80	№226
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	35,00	150	6,96	8,55	25,11	2,51	205,23	№248/ЕСТН2013
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С	20,00	200	0,55	0,03	29,72	2,97	121,31	№492/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ, С	30,00	75	4,91	4,70	28,44	2,84	175,67	№738/2004
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕНЫЙ	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	35,00	72	6,56	6,81	29,32	2,93	204,83	696/94
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 60Г	24,00	60	4,17	7,05	36,98	3,70	228,10	№555/П2013/5
СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	28,00	60	4,44	5,84	35,18	3,52	210,99	№572/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

Директор  /Лебедева М.С./

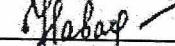
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 24.12.2022 года День 6

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
СЫР СЫЧУЖНЫЙ ТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)20Г	18,00	20	5,12	5,22			67,46	№72/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	28,00	100	1,76	10,09	9,85	0,99	137,25	№1/ЕСТН2018/5
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	35,00	100	1,37	10,18	8,55	0,86	131,31	№47/ЕСТН2018
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35,00	100	1,05	6,18	3,61	0,36	74,28	№17/ЕСТН2018/
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ "СОЛНЫШКО".	30,00	100	1,31	0,15	22,52	2,25	96,65	53/М
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	45,00	250	9,41	12,40	16,84	1,68	216,59	№120/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)70Г	70,00	70	17,91	5,95	0,42	0,04	126,92	№295/ЕСТН2018
МЯСО ТУШЕНОЕ.	65,00	80	12,72	14,65	2,03	0,20	190,87	№320/ЕСТН2018
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	65,00	50/50	13,76	9,58	8,93	0,89	177,32	408/94
ФИЛЕ ИЗ КУР В БЕЛКАХ	65,00	75	15,33	14,81	3,31	0,33	207,84	№10.15М2003
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70,00	100	26,83	23,04	0,51	0,05	316,74	№439/Диет.сб.М
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ.	65,00	90	12,59	17,90	9,30	0,93	248,86	№168/М2003
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО	75,00	150/30	30,21	6,60	51,46	5,15	386,20	№284/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША "ЯНТАРНАЯ".	40,00	200	8,43	11,40	39,50	3,95	294,51	№269/П2013/5
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
РИС ОТВАРНОЙ	35,00	150	3,80	5,43	39,65	3,97	222,63	№384/ЕСТН2018
КАБАЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ.	45,00	150	1,43	5,47	12,31	1,23	104,21	№234/П2008
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	30,00	200	0,21	0,15	17,43	1,74	71,91	№489/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г	40,00	100	10,19	9,83	58,51	5,85	363,33	№537/ЕСТН2018
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	30,00	75	4,44	3,62	34,72	3,47	189,19	№738/2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ, С	30,00	75	4,91	4,70	28,44	2,84	175,67	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	35,00	72	6,56	6,81	29,32	2,93	204,83	696/94
БУЛОЧКА "ПЕРМСКАЯ"	25,00	60	3,89	6,65	31,18	3,12	200,10	№554/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеМас"

Директор  /Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 77 с углубленным изучением
английского языка" г. Перми

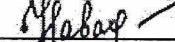
Директор  /Иконникова Е.Е./

Меню на 30.12.2022 года День 11

СТОЛОВАЯ (дополнительное питание)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	№ рец.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ								
САЛАТ "СОЛНЫШКО".	30,00	100	1,08	0,20	14,68	1,47	64,84	№16/М 2003
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С	30,00	100	1,23	10,22	6,92	0,69	124,57	№3/ЕСТН2018/5
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35,00	100	1,05	6,18	3,61	0,36	74,28	№17/ЕСТН2018/
САЛАТ "ГРЕЧЕСКИЙ"	65,00	100	3,61	17,53	2,39	0,24	181,69	№74/М2011
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	35,00	100	1,56	10,18	8,80	0,88	133,09	№47/ЕСТН2018
ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ.	36,00	160	0,61	0,55	33,41	3,34	141,00	№447/ЕСТН2018
ПЕРВЫЕ БЛЮДА								
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	35,00	250	3,13	4,80	13,18	1,32	108,40	№132/ЕСТН2018
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
ФИЛЕ МИНТАЯ, ЗАПЕЧЕННОЕ С ОВОЩАМИ	55,00	50/50	11,96	8,80	4,47	0,45	145,18	№230/Москва
МЯСО ОТВАРНОЕ 50Г	75,00	50	15,40	13,21	0,33	0,03	181,80	№317/ЕСТН2018
ПЕЧЕНЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	50,00	65	10,95	8,73	5,60	0,56	144,76	409/94
ШАШЛЫК ИЗ КУР	90,00	100/20	34,85	2,85	4,27	0,43	182,08	№10.10/М2003
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ.	65,00	90	15,72	23,26	13,52	1,35	326,47	№206/М2003/4
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	65,00	120	17,36	8,66	3,98	0,40	163,35	№364/ЕСТН2018
ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ	60,00	87,5/37,5	9,08	23,31	9,72	0,97	284,97	438/1994
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО	75,00	150/30	30,21	6,60	51,46	5,15	386,20	№284/ЕСТН2018
БЛЮДА ИЗ КРУП								
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	38,00	200	7,25	8,48	24,76	2,48	204,42	№231/ЕСТН2018
ГАРНИРЫ								
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30,00	150	5,66	5,56	36,04	3,60	216,84	№255/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	35,00	150	8,66	7,15	39,09	3,91	255,35	№204/ЕСТН2018
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	30,00	150	4,66	5,98	33,17	3,32	205,16	№209/ЕСТН2018
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ ОВОЩНАЯ	50,00	150	4,08	3,75	6,85	0,69	77,44	№156ЕСТН/2018
НАПИТКИ								
ЧАЙ С САХАРОМ	10,00	200			10,05	1,01	40,20	№458/ЕСТН2018
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	13,00	200/7	0,07	0,01	10,27	1,03	41,39	№459/ЕСТН2018
ЧАЙ РАЗОВЫЙ	12,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ РАЗОВЫЙ С ЛИМОНОМ	15,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД".	15,00	200			19,96	2,00	79,84	
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	18,00	200/7	0,06	0,01	20,17	2,02	81,00	
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,00	200			24,00	2,40	96,00	№501/ЕСТН2018
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	25,00	200			18,60	1,86	74,40	№506/ЕСТН2018
ВЫПЕЧКА								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	3,00	1кус./ 30г.	2,37	0,30	14,49	1,45	70,50	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	3,00	1кус./30г	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	№109/П2013/5
ХАЧАПУРИ	50,00	100	14,91	11,66	40,72	4,07	327,49	№1457/1968
ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ, С ЯЙЦОМ	28,00	75	5,25	5,67	29,24	2,92	188,97	№738/2004
ПИРОЖОК С МЯСОМ ПЕЧЕНый	40,00	75	10,27	9,40	28,09	2,81	238,05	№738/2004
РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	35,00	72	7,49	4,91	29,48	2,95	192,05	696/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ТВОРОГОМ	35,00	60	8,65	8,76	21,39	2,14	198,98	689/94
ПИРОЖОК СЛОЕНЫЙ С ФРУКТАМИ	35,00	60	3,54	8,59	28,14	2,81	203,99	689/94
БУЛОЧКА "ПЕРМСКАЯ" 75Г	30,00	75	4,87	8,31	38,97	3,90	250,13	№554/П2013/5
ТВОРОЖНИКИ ПЕСОЧНЫЕ	35,00	50	6,52	6,60	22,20	2,22	174,28	№577/П2013/5
СОУСЫ								
СОУС ТОМАТНЫЙ	6,00	30	0,26	1,11	1,95	0,20	18,80	№420/ЕСТН2018

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./