

Реестр технико-технологических карт для примерного 20-ти и 24-х дневного меню обучающихся с 1-4-х и 5-11-х классов

(на полуфабрикатах)

Сезон: осень - зима - весна

№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр	
Гастрономические товары			
1	Сыр порциями	10 / 15	20
2	Масло сливочное порциями	10 / 15	20
3	Конфитюр фруктовый порционный	20	
163	Горячий бутерброд на батоне (колбаса, сыр)	50	
164	Горячий сэндвич с колбасой и сыром (булочка с кунжутом, колбаса, сыр)	90	
180	Горячий бутерброд на батоне (батон, сыр)	35	
189	Горячий сэндвич с сыром (булочка с кунжутом, сыр)	75	
201	Масло шоколадное порциями	окт. 15	
Салаты и винегреты			
4	Салат из свежих овощей (помидоры, огурцы, масло)	60	100
5	Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, горошек, масло)	60	100
6	Салат из капусты с морковью	60	100
7	Салат из свежих помидоров	60	100
8	Салат из капусты с морковью и зеленым горошком	60	100
9	Икра свекольная	60	100
10	Салат из свежих огурцов	60	100
11	Яйцо отварное с кукурузой	25/25/10	50/35/15
12	Яйцо отварное с зеленым горошком	25/25/10	50/35/15
13	Маринад из моркови	60	100
14	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	100
15	Салат овощной (картофель, морковь, огурцы соленые, горошек, масло)	60	100
16	Салат из капусты со свеклой	60	100
17	Яйцо отварное	50	
18	Салат из капусты с огурцами и кукурузой	60	100
19	Салат из моркови с сыром (морковь, сыр, чеснок, масло)	60	100
20	Салат из свежих овощей и кукурузы (помидоры, огурцы, кукуруза, масло)	60	100
21	Салат из свежих помидоров с сыром и чесноком	60	100
128	Салат из свеклы с яблоками	60	100
130	Салат из капусты с яблоками и кукурузой	60	100
131	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	60	100
132	Свекла тушеная с яблоками	60	100
133	Кукуруза консервированная	60	100
134	Капуста квашеная (промышленного производства)	60	100
135	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	100
136	Закуска Сельдь с луком и маслом	60	100
172	Горошек консервированный	60	100
173	Морковь тушеная с зеленым горошком	60	100
202	Салат овощной (капуста б/к, помидор св, огурец св.)	60	100
208	Салат из морской капусты	60	100
214	Морская капуста	60	100
Фрукты и овощи свежие			

23	Ассорти из свежих овощей (огурцы, помидоры)	60	100
24	Фрукт свежий (Яблоко)	150	200
25	Фрукт свежий (Груша)	150	200
26	Фрукт свежий (Виноград)	100	
27	Фрукт свежий (Слива)	100	
28	Огурцы порционные	60	100
29	Помидоры порционные	60	100
137	Мандарин свежий	150	200
Супы			
Заправочные супы			
30	Щи с мясом и сметаной	200	250
31	Борщ с мясом и сметаной	200	250
32	Свекольник с мясом и сметаной	200	250
33	Рассольник с мясом и сметаной	200	250
139	Борщ с квашеной капустой с мясом и сметаной	200	250
170	Борщ с фасолью с мясом и сметаной	200	250
Супы картофельные с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями			
34	Суп гороховый с мясом	200	250
35	Суп куриный с вермишелью	200	250
36	Суп рыбный с крупой (сайра)	200	250
37	Суп картофельный с мясом	200	250
38	Суп из овощей с пшеном с мясом	200	250
39	Суп куриный с рисом	200	250
40	Суп куриный с рисом и томатом	200	250
41	Суп картофельный с фасолью	200	250
46/1	Суп из овощей с гренками	200/10	250/12
47/1	Суп из тыквы с гренками	200/10	250/12
49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	250
129	Суп куриный овощной	200	250
138	Суп овощной с мясом и сметаной	200	250
187	Суп с чечевицей с мясом	200	250
188	Суп куриный с гречневой крупой	200	250
144	Суп куриный с булгуром, помидорами и перцем.	200	250
196	Суп томатный с курицей, фасолью и овощами	200	250
213	Суп картофельный с вермишелью	200	250
211	Суп картофельный с рыбой и крупой	200	250
Пюреобразные супы			
46	Суп - пюре из овощей с гренками	200/10	250/12
47	Суп - пюре из тыквы с гренками	200/10	250/12
58	Суп - пюре с фрикадельками	200	250
Прозрачные супы			
48	Уха с рыбой	200	250
Супы молочные			
43	Суп молочный рисовый	200	250
44	Суп молочный с вермишелью	200	250
45	Суп молочный геркулесовый	200	250
Блюда из картофеля и овощей			
22	Рагу овощное с маслом (картофель, капуста, морковь, лук)	150	180
50	Пюре картофельное с маслом	150	180
51	Картофель отварной с маслом и зеленью	150	180
52	Картофель запеченный	150	180
122	Капуста тушеная	150	180
140	Картофель запеченный со сметаной	150	180
141	Картофель запеченный с сыром	150	180
174	Рагу овощное вариант № 1 (цветная капуста, фасоль, морковь, горошек)	150	180

175	Рагу овощное вариант № 2 (картофель, баклажаны, цуккини, томат, морковь, перец, лук)	150	180
176	Рагу овощное вариант № 3 (томат, перец, цуккини, морковь, лук)	150	180
184	Картофель отварной с луком и зеленью	150	180
205	Сложный гарнир (картофель отварной, капуста тушеная)	100/50	100/80
Блюда из круп			
Каши рассыпчатые			
53	Рис отварной с маслом	150	180
54	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	180
55	Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	180
185	Каша гречневая рассыпчатая со сметанным соусом	150	180
142	Рис отварной с маслом (круглый)	150	180
209	Булгур отварной с маслом	150	180
Каши вязкие			
124	Каша пшенная вязкая с маслом	150	180
Каши молочные			
56	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	250/8
57	Каша овсяная молочная с ягодным соусом и маслом	200/20/5	250/25/8
59	Каша овсяная молочная с маслом	200/5	250/8
60	Каша пшенная молочная с тыквой и маслом	200/5	250/8
61	Каша кукурузная молочная с курагой и маслом	200/5	250/8
62	Каша овсяная молочная с вишней и маслом	200/5	250/8
63	Каша пшеничная молочная с сушеной клюквой и маслом	200/5	250/8
123	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	250/8
168	Каша пшенная молочная с маслом	200/5	250/8
169	Каша рисовая молочная с персиками и маслом	200/5	250/8
206	Каша манная молочная с маслом	200/5	250/8
Блюда из бобовых			
210	Пюре из гороха с маслом	150	180
Блюда из макаронных изделий			
64	Макаронны отварные с маслом	150	180
65	Спагетти отварные с маслом	150	180
125	Макаронные изделия отварные с сыром и маслом	150	180
186	Спагетти отварные с томатным соусом	150	180
Блюда из яиц			
42	Омлет с курицей	150	200
66	Омлет натуральный	150	200
67	Омлет с сыром	150	200
68	Омлет с помидорами	150	200
167	Омлет с говядиной	150	200
Блюда из творога			
69	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	200
70	Сырники из творога с ягодным соусом	150/20	200/30
71	Запеканка из творога с тыквой и морковью со сгущенным молоком	150/30	200/30
72	Запеканка из творога с фруктово - ягодной начинкой	150	200
143	Сырники из творога со сгущенным молоком	150	200
145	Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	150	200
196	Запеканка из творога с соусом шоколадным	150	200
198	Творожная запеканка "Зебра" со сгущенным молоком	130/20,	170/30
200	Запеканка из творога с абрикосами	150	200
204	Сырники из творога с карамельным соусом	150	200
Блюда из колбасных изделий			
73	Сосиска отварная	100	

74	Сарделька отварная	100	
Блюда из рыбы и нерыбных объектов водного промысла			
Рыба тушеная			
75	Рыба тушеная с овощами (минтай, лук, морковь)	110	150
76	Рыба запеченная по - сибирски	90	100
Рыба жареная и запеченная			
77	Рыба запеченная со сметаной и зеленью	90	100
78	Биточек из рыбы Бриз (минтай, лук, морковь)	90	100
127	Зраза рыбная ленива	90	100
146	Рыба запеченная с сыром (минтай)	90	100
147	Рыба запеченная в омлете (минтай)	90	100
148	Рыба запеченная под сырно - овощной шапкой (минтай)	90	100
149	Биточек из рыбы запеченный Водолей (минтай, лук)	90	100
182	Рыба запеченная с помидорами и сыром (минтай)	90	100
Блюда из сельскохозяйственной птицы			
Птица тушеная			
79	Плов с курицей	240	280
80	Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	110
150	Чахохбили	90	110
177	Филе птицы тушеное с овощами (лук, морковь)	90	100
144	Плов с булгуром с курицей	240	280
58	Филе птицы запеченное с овощами	90	100
Птица жареная и запеченная			
81	Курица запеченная	90	100
82	Курица порционная запеченная с сыром	95	105
83	Филе птицы запеченное с помидорами	90	100
151	Филе птицы запеченное в розовом соусе	90	100
195	Филе птицы тушеное в сливочном соусе	90	110
Котлеты, биточки, запеканки из птицы			
84	Котлета из птицы Ряба	90	100
194	Биточек из птицы Нежный	90	100
Блюда из мяса и мясных продуктов			
Мясо отварное			
215	Мясо отварное (говядина)	50	100
Мясо тушеное			
85	Печень тушеная в сметанном соусе	90	110
86	Жаркое с мясом	240	280
87	Мясо тушеное с картофелем	240	280
88	Мясо тушеное	90	110
89	Гуляш	90	110
126	Бефстроганов	90	110
178	Бигос с мясом	240	280
181	Мясо тушеное в сметане	90	110
192	Печень тушеная в красном соусе	90	110
Котлеты, биточки, запеканки из мяса			
90	Котлета мясная Домашняя	90	100
91	Биточек мясной Пионерский	90	100
92	Котлета мясная с тыквой	90	100
93	Фрикадельки мясные	90	100
94	Котлета мясная Деликатесная	90	100
152	Котлета мясная Лукоморье	90	100
153	Люля - кебаб с томатным соусом с зеленью	90	100
179	Запеканка из говяжьей печени со сливочным соусом	90	110
191	Запеканка из говяжьей печени с красным соусом	90	110
193	Котлета мясная Школьная	90	100
42	Зраза мясная ленивая	90	100

57	Котлета мясная с сыром	90	100
207	Запеканка из говяжьей печени со сметанным соусом	90	100
216	Фрикадельки мясные "По-ученически" с соусом красным	90	100
Холодные напитки			
95	Кисель витаминизированный	200	
96	Компот из клубники	200	
97	Компот из черной смородины	200	
98	Компот из сухофруктов	200	
99	Компот яблочно - смородиновый	200	
100	Компот из вишни	200	
101	Отвар из шиповника	200	
102	Компот из кураги	200	
103	Компот из красной смородины	200	
104	Напиток плодово - ягодный витаминизированный	200	
105	Компот из чернослива и сухофруктов	200	
106	Компот из яблок и жимолости	200	
107	Сок фруктовый	200	
108	Компот из кизила	200	
109	Компот из клубники и алычи	200	
110	Компот из смородины и сливы	200	
111	Компот из черноплодной рябины	200	
154	Компот из яблок	200	
155	Компот яблочно - клюквенный	200	
156	Компот яблочно - брусничный	200	
157	Компот из облепихи	200	
76	Компот яблочно-анансовый	200	
127	Напиток из апельсина	200	
129	Напиток яблочно-клубничный с лимоном	200	
212	компот из яблок и черноплодной рябины.	200	
Горячие напитки			
112	Чай с молоком	200	
113	Чай с сахаром и лимоном	200	
114	Чай с сахаром	200	
115	Какао с молоком	200	
116	Горячий шоколад	200	
117	Чай с лимоном и мятой	200	
118	Чай с вишней	200	
158	Чай травяной	200	
159	Чай с облепихой	200	
160	Чай с шиповником	200	
161	Кофейный напиток с молоком	200	
Хлеб			
119	Хлеб пшеничный	20 / 30 / 40	45 / 50 / 60
120	Хлеб ржаной	20 / 25	30 / 35
121	Батон нарезной	20	30
162	Кондитерское изделие (печенье сахарное, печенье овсяное, вафли, пряник)	25	50
Мучные изделия			
165	Булочка бутербродная	60	
166	Блинчик со сгущенным молоком	40/10	
171	Тесто дрожжевое	1000	
190	Оладьи с маслом	95/5	
	Итого:		

