



ПИТАНИЯ»

Столовая МБОУ СП
№ 31

000028

МБОУ СП № 31

Телефон
Служба питания
КОМБИНАТ
ПИТАНИЯ

Кочуркина Л.Э.

Дата

02.02.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	80	0,61	7,90	2,57	82,24	С6.2004 № 16
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Зелень (укроп, петрушка)	2,82	0,08	0,01	0,24	1,24	ТТК № 41
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 63
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 1508
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	632	34,62	41,48	119,01	993,33	
Обед (7 - 11 лет)						
Сыр (порциями)	15	3,67	3,44	0	46,43	С6.2004 № 97
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 11
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Говядина отварная для 1 блюда	20	5,44	3,89	0,17	57,6	ТТК № 233
Зелень (укроп, петрушка)	1	0,03	0	0,09	0,44	ТТК № 41
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)	200	0,68	0,28	34,26	130,52	ТТК № 809-5
Апельсин	186,57	1,68	0,37	15,11	83,02	
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 1508
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	1022	44,43	43,26	170,78	1256,6	
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Бутерброд с маслом	35	1,72	6,60	11,27	112	ТТК № 98
Каша молочная ячневая (вязкая)	200	6,87	3,28	32,26	194	С6.2004 № 30
Масло сливочное	11,54	0,09	8,38	0,15	76,94	ТТК № 43
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 63
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Итого:	467	11,22	20,57	64,89	536,79	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

Сивак О.Г.
Кочуркина Л.Э.
Репкина Г.М.

наименование блюда	вес блюда	белки	жиры	углеводы	калорийность	№ рецептур
Завтрак (12 лет и старше)						
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 41
Зелень (укроп, петрушка)	0,28	0,01	0	0,02	0,12	ТТК № 41
Огурцы свежие, нарезка	65	0,52	0,04	1,60	8,67	ТТК № 45
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 80
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 15
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 93
Итого:	602	31,62	31,70	106,12	662,91	
Обед (12 лет и старше)						
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 №
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 41
Лук зеленый (перо)	3,48	0,14	0,01	0,45	2,32	ТТК № 8
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 70)	200	0,69	0,29	34,27	130,54	ТТК № 805
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 15
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 93
Итого:	783	32,18	34,99	146,07	1 019,45	
Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,8	С6.2004 №
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 41
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 №
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 15
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 9
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 93
Итого:	650	34,69	43,45	119,51	1 012,65	
Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед						
Пюре фруктовое	90	0	0	11,00	45	
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 №
Говядина отварная для I блюд	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК №
Шницель "Школьный"	100	15,33	12,38	14,05	229	ТТК №
Рагу овощное	190	3,82	8,49	25,74	195,7	С6.2004 №
Зелень (укроп, петрушка)	2,23	0,06	0,01	0,19	0,98	ТТК №
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)	200	0,68	0,28	34,26	130,52	ТТК № 8
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП №
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП №
Итого:	907	32,05	29,65	124,74	804,79	
Итого:	1 557	66,74	73,40	244,25	1 897,44	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Сивак О. Г.
Кочурова Л.З.
Репина Г.М.

МЕНЮ

02.02.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Пюре фруктовое	90	0	0	11,00	45	
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 11
Говядина отварная для I блюда	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233
Шницель "Школьный"	100	15,33	12,38	14,05	229	ТТК № 214
Рагу овощное	190	3,82	8,49	25,74	195,7	С6.2004 № 54
Зелень (укроп, петрушка)	2,23	0,06	0,01	0,19	0,98	ТТК № 41
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)	200	0,68	0,28	34,26	130,52	ТТК № 809-5
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	907	38,05	29,95	124,74	884,72	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,8	С6.2004 № 1
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 62
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 1506
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	650	34,69	43,45	119,51	1012,65	
Итого:	1557	68,74	73,40	244,25	1897,37	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,8	С6.2004 № 1
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 62
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 1506
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	650	34,69	43,45	119,51	1012,65	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Сивак О. Г.
Кочуркина Л.З.
Репина Г.М.

МЕНЮ

02.02.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Пюре фруктовое	90	0	0	11,00	45	
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114
Говядина отварная для I блюда	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233
Шницель "Школьный"	100	15,33	12,38	14,05	229	ТТК № 214
Рагу овощное	190	3,82	8,49	25,74	195,7	С6.2004 № 541
Лук зеленый (перо)	2,29	0,09	0,01	0,33	1,53	ТТК № 81
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 70)	200	0,69	0,29	34,27	130,54	ТТК № 809-70
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	907	32,09	29,96	124,89	885,36	
Итого:	1 557	66,78	73,41	241,10	1 898,01	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Пюре фруктовое	90	0	0	11,00	45	
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114
Говядина отварная для I блюда	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233
Шницель "Школьный"	100	15,33	12,38	14,05	229	ТТК № 214
Рагу овощное	190	3,82	8,49	25,74	195,7	С6.2004 № 541
Лук зеленый (перо)	2,29	0,09	0,01	0,33	1,53	ТТК № 81
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 70)	200	0,69	0,29	34,27	130,54	ТТК № 809-70
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	907	32,09	29,96	124,89	885,36	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,8	С6.2004 № 1
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 6
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 150
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	650	34,69	43,45	119,51	1 012,65	
Итого:	1 557	66,78	73,41	241,10	1 898,01	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Сивак О.Г.
Кочуркина Л.З.
Репина Г.М.

МЕНЮ

02.02.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
		белки	жиры	углеводы		
СД Льготное питание I смена (7 -11 лет)-завтрак						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,8	С6.2004 № 1
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 41
Чай с молоком б/сахара (диета)	200	3,20	1,85	2,50	39	ТТК № 131
Мандарин	141,76	1,06	0,26	9,68	52,45	
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Итого:	692	29,21	27,49	58,84	612,25	
СД Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат из свежих огурцов	100	0,71	9,88	3,12	102,32	С6.2004 № 1
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 3
Говядина отварная для I блюда	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 23
Шницель "Школьный"	100	15,33	12,38	14,05	229	ТТК № 21
Капуста тушеная	180	4,09	4,24	19,18	122,64	С6.2004 № 3
Отвар из плодов шиповника б/сахара	200	0,68	0,28	14,30	55	ТТК № 13
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 93
Итого:	869	27,17	32,40	78,05	691,85	
Итого:	1557	56,38	59,89	136,89	1303,6	
СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,8	С6.2004 № 1
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 41
Чай с молоком б/сахара (диета)	200	3,20	1,85	2,50	39	ТТК № 131
Мандарин	120,39	0,90	0,22	8,22	44,54	
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Итого:	670	29,05	27,45	59,38	604,34	

Директор

Заведующий производством

Медицинский работник



Сивак О. Г.

Кочуркина Л.З.


Репина Г.М.

МЕНЮ

02.02.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
СД. Льготное питание I смена (12 лет и старше) - Обед						
Салат из свежих огурцов	100	0,71	9,88	3,12	102,32	С6.2004 № 16
Ворд с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114
Говядина отварная для I блюд	15	4,08	2,92	0,14	43,2	ТТК № 233
Шницель "Школьный"	100	15,33	12,38	14,05	229	ТТК № 214
Капуста тушеная	180	4,09	4,24	19,18	122,64	С6.2004 № 534
Отвар из плодов шиповника б/сахара	200	0,68	0,28	14,30	55	ТТК № 1311
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого	770	20,53	33,31	78,08	705,75	
Итого	1540	52,50	60,83	135,46	1310,09	
Целная завтрак I смена (7-11 лет)						
Хлебцы гречневые	10	1,13	0,26	6,00	27,1	
Гуляш из говядины***	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437-1
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,68	5,81	41,34	237,8	С6.2004 № 508
Огурцы свежие, нарезка	35	0,28	0,02	0,86	4,67	ТТК № 45
Лук зеленый (перо)	2,82	0,11	0,01	0,38	1,88	ТТК № 81
Компот из смородины с/м (витаминизированный 50)	200	0,38	0,14	26,20	102,01	ТТК № 825-50
Итого	475	24,16	21,06	78,77	590,76	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Сивак О. Г.
Кочуркина Л.З.
Репина Г.М.