



Структурное подразделение

Материально-ответственное лицо

Столовая МБОУ СШ № 31

010089

МБОУ

МБОУ СШ № 31

Кочуряна Л.З.

Дата

21.03.2024

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Яйцо отварное	60	8,78	7,96	0,48	109,17	ТТК № 55
Каша молочная ячневая (вязкая)	210	7,21	3,44	33,87	203,7	С6.2004 № 302
Запеканка из творога	100	17,55	11,72	22,37	244	С6.2004 № 366
Масло сливочное	7,86	0,06	5,71	0,10	52,4	ТТК № 43
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,75	ТТК № 54
Кофейный напиток (растворимый)	200	1,70	1,41	15,92	81,56	ТТК № 808
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:	653	39,39	34,04	96,60	138,63	
Обед (7 -11 лет)						
Яйцо отварное	60	8,78	7,96	0,48	109,17	ТТК № 55
Бутерброд горячий с сыром	60	8,12	9,20	13,44	172	С6.2004 № 10
Салат "Солнышко"	60	0,63	3,04	7,00	58,8	ТТК № 18
Суп молочный с крупой (крупяно-кукурузная)	200	4,46	4,30	16,06	119,2	ТТК № 139
Запеканка из творога	150	26,33	17,58	33,56	366	С6.2004 № 366
Молоко студенное	17,44	1,26	1,48	9,68	55,28	ТТК № 51
Компот из с/м черноплодной рябины (вит.С)	200	0,57	0,07	23,33	90,47	ТТК № 833-50
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	772	51,02	43,08	145,88	1026,92	
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Сыр (порции)	15	3,67	3,44	0	46,43	С6.2004 № 97
Каша молочная ячневая (вязкая)	200	6,87	3,28	32,26	194	С6.2004 № 302
Масло сливочное	8,73	0,07	6,34	0,11	58,2	ТТК № 43
Кофейный напиток (растворимый)	200	1,70	1,41	15,92	81,56	ТТК № 808
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	449	14,03	14,72	60,30	438,15	
Завтрак (12 лет и старше)						
Тефтели (3 вариант)	100	8,18	10,36	10,08	165	С6.2004 № 461
Пюре картофельное	180	5,58	8,05	40,19	248,94	С6.2004 № 520
Зелень (укроп, петрушка)	2,3	0,07	0,01	0,20	1,01	ТТК № 41
Огурцы свежие, нарезка	25	0,20	0,02	0,62	3,33	ТТК № 45
Кофейный напиток (растворимый)	200	1,70	1,41	15,92	81,56	ТТК № 808
Ватрушка с творогом	75	9,88	5,18	33,35	220	С6.2004 № 741
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	607	27,32	25,21	117,27	77,64	

Директор _____

Стаж О. Г.
Кочуряна Л.З.
Оформил П. М.

МЕНЮ

21.03.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	жиры	углеводы		
Обед (12 лет и старше)						
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,22	3,75	21,04	133,26	С6.2004 № 139
Тефтели (3 вариант)	100	8,18	10,36	10,08	165	С6.2004 № 461
Каша вязкая ячневая	180	3,70	4,46	22,97	154,8	С6.2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	1,98	0,06	0,01	0,17	0,87	ТТК № 41
Огурцы свежие, нарезка	15	0,12	0,01	0,37	2	ТТК № 45
Компот из с/м черноплодной рябины (вит.70)	200	0,57	0,07	23,33	90,47	ТТК № 833-70
Ватрушка с творогом	75	9,88	5,18	33,35	220	С6.2004 № 741
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:	872	31,12	23,34	134,35	428,4	
Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак						
Каша молочная ячневая (вязкая)	220	7,56	3,61	35,49	213,4	С6.2004 № 302
Запеканка из творога	110	19,31	12,89	24,61	268,4	С6.2004 № 366
Масло сливочное	9,15	0,07	6,64	0,12	61	ТТК № 43
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,6	ТТК № 54
Кофейный напиток (растворимый)	200	1,70	1,41	15,92	81,56	ТТК № 808
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:	609	21,52	23,69	92,84	761,96	
Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед						
Пюре фруктовое	90	0,54	0,18	18,09	72,41	
Салат из свеклы с сыром, с соусом "Весна"	60	3,01	7,94	5,39	100,2	ТТК № 1601
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,22	3,75	21,04	133,26	С6.2004 № 139
Говядина отварная для 1 блюда	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233
Пельмени отварные	200	18,41	11,16	42,78	349	С6.2004 № 719
Масло сливочное	3	0,02	2,18	0,04	20	ТТК № 43
Компот из с/м черноплодной рябины (вит.50)	200	0,57	0,07	23,33	90,47	ТТК № 833-50
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:	1138	49,32	31,61	183,93	961,21	
Итого:	1893	71,61	55,10	231,12	1728,57	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Сивак О.Г.
Кочурова Л.З.
Резина Г.М.

МЕНЮ

21.03.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед						
Пюре фруктовое	90	0,54	0,18	18,09	72,41	
Салат из свеклы с сыром, с соусом "Весна"	60	3,01	7,94	5,39	100,2	ТТК № 160
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,22	3,75	21,04	133,26	С6.2004 № 1
Говядина отварная для I блюда	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233
Пельмени отварные	200	18,41	11,16	42,78	349	С6.2004 № 7
Масло сливочное	3	0,02	2,18	0,04	20	ТТК № 43
Компот из с/м черноплодной рябины (вкл.50)	200	0,57	0,07	23,33	90,47	ТТК № 833-5
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:	883	39,32	31,61	133,95	463,74	
Льготное питание II смена (7-11 лет)-Полдник						
Каша молочная ячневая (вязкая)	200	6,87	3,28	32,26	194	С6.2004 № 31
Запеканка из творога	110	19,31	12,89	24,61	268,4	С6.2004 № 31
Масло сливочное	10,68	0,09	7,75	0,14	71,2	ТТК № 43
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,6	ТТК № 54
Кофейный напиток (растворимый)	200	1,70	1,41	15,92	81,56	ТТК № 808
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:	591	31,85	28,47	96,51	295,76	
Итого:	1474	71,17	60,08	230,46	1719,5	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак						
Каша молочная ячневая (вязкая)	200	6,87	3,28	32,26	194	С6.2004 № 31
Запеканка из творога	100	17,55	11,72	22,37	244	С6.2004 № 31
Масло сливочное	5,75	0,05	4,17	0,07	38,34	ТТК № 43
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,6	ТТК № 54
Кофейный напиток (растворимый)	200	1,70	1,41	15,92	81,56	ТТК № 808
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:	576	30,05	23,72	94,32	648,5	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Сивак О. Г.
Кочурина Л. В.
Резина Г. М.

МЕНЮ

21.03.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Югере фруктовое	90	0,54	0,18	18,09	72,41	
Салат из свеклы с сыром, с соусом "Весна"	100	5,02	13,24	7,89	167	ТТК № 1601
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,22	3,75	21,04	133,26	С6.2004 № 13
Говядина отварная для 1 блюдо	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233
Пельмени отварные	200	18,41	11,16	42,78	349	С6.2004 № 71
Масло сливочное	3	0,02	2,18	0,04	20	ТТК № 43
Компот из с/м черноплодной рябины (вит.70)	200	0,57	0,07	23,33	90,47	ТТК № 833-7
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:	923	41,33	36,91	136,45	1030,54	
Итого:	1499	71,38	60,63	230,77	1729,03	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Югере фруктовое	90	0,54	0,18	18,09	72,41	
Салат из свеклы с сыром, с соусом "Весна"	100	5,02	13,24	7,89	167	ТТК № 160
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,22	3,75	21,04	133,26	С6.2004 № 1
Говядина отварная для 1 блюдо	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233
Пельмени отварные	200	18,41	11,16	42,78	349	С6.2004 № 7
Масло сливочное	3	0,02	2,18	0,04	20	ТТК № 43
Компот из с/м черноплодной рябины (вит.70)	200	0,57	0,07	23,33	90,47	ТТК № 833-
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:	923	41,33	36,91	136,45	1030,54	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Каша молочная ячневая (вязкая)	200	6,87	3,28	32,26	194	С6.2004 № 3
Запеканка из творога	100	17,55	11,72	22,37	244	С6.2004 № 3
Масло сливочное	5,75	0,05	4,17	0,07	38,34	ТТК № 43
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,6	ТТК № 5-
Кофейный напиток (растворимый)	200	1,70	1,41	15,92	81,56	ТТК № 80
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 93
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 93
Итого:	676	30,05	23,77	94,52	698,5	
Итого:	1499	71,38	60,63	230,77	1729,03	

Сивак О. Г.

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
СД Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Завтрак						
Каша молочная школьная ячневая (диета)	210	6,93	9,66	30,55	245	ТТК № 1306
Запеканка из творога СД	100	17,54	11,72	10,46	221	ТТК № 1382
Масло сливочное	3,16	0,03	2,29	0,04	21,07	ТТК № 43
Сметана	22,37	0,55	2,95	0,73	31,99	ТТК № 54
Чай с молоком б/сахара (диета)	200	3,20	1,85	2,50	39	ТТК № 1315
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	560	29,92	25,72	55,31	612,08	
СД Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Пюре фруктовое	90	0,54	0,18	18,09	72,41	
Салат из свеклы с сыром	100	4,93	16,93	7,45	198	ТТК № 32
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,22	3,75	21,04	133,26	Сб. 2004 № 139
Говядина отварная для I блюд	15	4,08	2,92	0,12	43,2	ТТК № 233
Мясные шарики на пару	100	17,30	6,27	9,91	166	ТТК № 1390
Калуста цветная б/з запеченная под соусом	150	6,63	13,25	14,10	196,5	ТТК № 529
Компот ягодно-яблочный "Рябинка" (диета)	200	0,34	0,09	3,60	12	ТТК № 1323
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,50	22,06	108	ПП № 933
Итого:	945	42,38	33,07	96,37	929,37	
Итого:	1505	72,30	58,79	151,68	1541,45	
СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак						
Хлебцы хрустящие	11	3,93	3,78	23,69	144	
Каша молочная школьная ячневая (диета)	210	6,93	9,66	30,55	245	ТТК № 1306
Запеканка из творога СД	100	17,54	11,72	10,46	221	ТТК № 1382
Сметана	24,84	0,61	3,28	0,81	35,52	ТТК № 54
Чай с молоком б/сахара (диета)	200	3,20	1,85	2,50	39	ТТК № 1315
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	571	33,88	30,54	78,04	798,52	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

21.03.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Пюре фруктовое	90	0,54	0,18	18,09	72,41	
Салат из свеклы с сыром	100	4,93	16,93	7,45	198	ТТК № 32
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,22	3,75	21,04	133,26	ОБ 2004 № 139
Мясные шарики на пару	100	17,30	6,27	9,91	166	ТТК № 1390
Капуста цветная б/з запеченная под соусом	180	7,96	15,89	16,92	235,8	ТТК № 529
Компот ягодно-яблочный "Рябинка" (диета)	200	0,34	0,09	3,60	12	ТТК № 1323
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	945	37,96	43,36	88,04	1071,77	
Итого:	1516	71,84	73,90	157,34	1600,99	
Целняка завтрак I смена (7-11 лет)						
Хлебцы гречневые	10	1,13	0,26	6,00	27,4	
Каша молочная кукурузная (жидкая) (диета)	200	3,40	3,31	6,03	64	ТТК № 1407*
Запеканка из творога***	100	17,54	11,72	10,46	221	ТТК № 1404*
Масло сливочное	3	0,02	2,18	0,04	20	ТТК № 43
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,6	ТТК № 54
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3	ТТК № 604
Яблоко	113,51	0,45	0,45	11,12	55,62	
Итого:	647	24,73	20,97	43,73	402,97	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Силак О.Г.
Кочурова Л.З.
Репина Г.М.