



Муниципальное бюджетное учреждение «Городское муниципальное учреждение «Центр питания»

Столовая МБОУ № 31

МБОУ

МБОУ СВН № 31 НАТ ШКОЛЬНО

Кочуркина Л.З.

Дата

19.01.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводм		
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Салат "Мозаика"	80	1,05	6,83	7,09	96	ТТК № 23
Сыр (порциями)	10	2,45	2,29	0	30,95	С6.2004 № 97
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Зелень (укроп, петрушка)	2,5	0,07	0,01	0,21	1,1	ТТК № 41
Чай с молоком	180	2,67	1,55	10,27	63,77	С6.1996 № 630
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
<b>Итого:</b>	<b>623</b>	<b>37,20</b>	<b>48,53</b>	<b>122,46</b>	<b>1030,82</b>	
<b>Обед (7 - 11 лет)</b>						
Барщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Зелень (укроп, петрушка)	0,66	0,02	0	0,06	0,29	ТТК № 41
Огурцы консервированные, нарезка	20	0	0	0,59	2,24	ТТК № 52
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)	200	0,68	0,28	34,26	130,52	ТТК № 809-50
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
<b>Итого:</b>	<b>821</b>	<b>33,63</b>	<b>35,56</b>	<b>156,06</b>	<b>1071,66</b>	
<b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>						
Бутерброд с маслом	35	1,72	6,60	11,27	112	ТТК № 98
Каша молочная ячневая (вязкая)	220	7,56	3,61	35,49	213,4	С6.2004 № 302
Масло сливочное	9,62	0,08	6,98	0,13	64,14	ТТК № 43
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>13,90</b>	<b>19,90</b>	<b>68,10</b>	<b>513,39</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

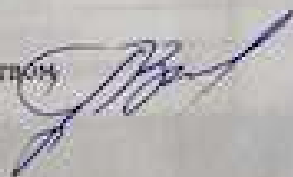
Сивак О. Г.  
Кочуркина Л.З.  
Репина Г.М.

## МЕНЮ

19.01.2024

Наименование блюда	Вес блюда	питательные вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Салат "Мозанка"	100	1,32	8,53	8,87	120	ТТК № 23
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 № 630
Крендель сахарный	100	6,78	12,24	56,92	360	ТТК № 912
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
<b>Итого:</b>	<b>675</b>	<b>36,98</b>	<b>38,24</b>	<b>132,10</b>	<b>1026,85</b>	
<b>Обед (12 лет и старше)</b>						
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Зелень (укроп, петрушка)	0,73	0,02	0	0,06	0,32	ТТК № 41
Огурцы свежие, нарезка	15	0,12	0,01	0,37	2	ТТК № 45
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 70)	180	0,62	0,26	30,84	117,49	ТТК № 809-70
Крендель сахарный	100	6,78	12,24	56,92	360	ТТК № 912
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>801</b>	<b>33,85</b>	<b>33,20</b>	<b>150,13</b>	<b>1003,4</b>	
<b>Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак</b>						
Салат "Мозанка"	100	1,32	8,53	8,87	120	ТТК № 23
Сыр (порциями)	20	4,89	4,59	0	61,91	С6.2004 № 97
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 № 630
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
<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>30,14</b>	<b>46,92</b>	<b>125,17</b>	<b>1091,76</b>	
<b>Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед</b>						
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	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233
Фрикадельки в соусе	105	8,35	11,21	11,30	179	С6.2004 № 469
Калуста тушеная	195	4,43	4,59	20,77	132,86	С6.2004 № 534
Зелень (укроп, петрушка)	2,27	0,07	0,01	0,19	1	ТТК № 41
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)	200	0,68	0,28	34,26	130,52	ТТК № 809-50
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столбчатый из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
<b>Итого:</b>	<b>962</b>	<b>27,03</b>	<b>25,81</b>	<b>132,06</b>	<b>786,17</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1592</b>	<b>67,29</b>	<b>72,54</b>	<b>247,2</b>	<b>1678,13</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



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

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы			
<b>Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед</b>							
Пицца фруктовая	90	0	0	11,00	45		4
Сыр (порциями)	20	4,89	4,59	0	61,91	С6.2004 №97	2
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114	2
Говядина отварная для I блюда	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233	4
Фрикадельки в соусе	105	8,35	11,21	11,30	179	С6.2004 № 469	4
Капуста тушеная	195	4,43	4,59	20,77	132,86	С6.2004 № 534	4
Зелень (укроп, петрушка)	2,27	0,07	0,01	0,19	1	ТТК № 41	2
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)	200	0,68	0,28	34,26	130,52	ТТК № 809-50	1
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933	3
<b>Итого:</b>	<b>941</b>	<b>21,91</b>	<b>30,44</b>	<b>117,00</b>	<b>119,36</b>		
<b>Льготное питание II смена (7-11 лет)-Полдник</b>							
Салат "Мозанка"	100	1,32	8,53	8,87	120	ТТК № 23	2
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418	8
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630	7
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 1508	2
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4
<b>Итого:</b>	<b>650</b>	<b>35,25</b>	<b>42,10</b>	<b>125,17</b>	<b>1029,85</b>		
<b>Итого:</b>	<b>1591</b>	<b>67,16</b>	<b>72,54</b>	<b>242,17</b>	<b>1870,21</b>		
<b>Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак</b>							
Салат "Мозанка"	100	1,32	8,53	8,87	120	ТТК № 23	2
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418	8
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630	7
Апельсин	138,8	1,25	0,28	11,24	61,77		3
Полоска шоколадная	75	5,05	16,10	49,43	363	ТТК № 1508	1
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4
<b>Итого:</b>	<b>608,8</b>	<b>33,50</b>	<b>42,10</b>	<b>116,41</b>	<b>1129,00</b>		
<b>Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед</b>							
Пицца фруктовая	90	0	0	11,00	45		4
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114	2
Говядина отварная для I блюда	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233	3
Фрикадельки в соусе	105	8,35	11,21	11,30	179	С6.2004 № 469	4
Капуста тушеная	180	4,09	4,24	19,18	122,64	С6.2004 № 534	2
Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 70)	200	0,69	0,29	34,27	130,54	ТТК № 809-70	1
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933	3
<b>Итого:</b>	<b>1070</b>	<b>25,26</b>	<b>34,33</b>	<b>113,25</b>	<b>692,77</b>		
<b>Итого:</b>	<b>2661,8</b>	<b>67,41</b>	<b>86,64</b>	<b>355,42</b>	<b>1162,98</b>		

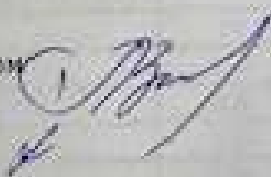
Директор  
Заведующий производством



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

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>						
Пюре фруктовое	90	0	0	11,00	45	
Борщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	СБ.2004 № 114
Говядина отварная для I блюда	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233
Фрикадельки в соусе	105	8,35	11,21	11,30	179	СБ.2004 № 469
Капуста тушеная	180	4,09	4,24	19,18	122,64	СБ.2004 № 534
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
<b>Итого</b>	<b>805</b>	<b>26,65</b>	<b>18,50</b>	<b>117,29</b>	<b>779,1</b>	
<b>Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Подзвик</b>						
Салат "Мозанка"	100	1,32	8,53	8,87	120	ТТК № 23
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	СБ.1996 № 630
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
<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>36,25</b>	<b>42,10</b>	<b>125,17</b>	<b>1029,05</b>	
<b>Итого</b>	<b>1535</b>	<b>62,90</b>	<b>60,60</b>	<b>242,46</b>	<b>1808,02</b>	
<b>СД Льготное питание I смена ( 7-11 лет)-завтрак</b>						
Салат "Мозанка"	100	1,32	8,53	8,87	120	ТТК № 23
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Чай с молоком б/сахара (диета)	200	3,20	1,85	2,50	39	ТТК № 1315
Мандарины	118,72	0,89	0,21	8,11	43,93	
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
<b>Итого</b>	<b>669</b>	<b>29,60</b>	<b>26,09</b>	<b>62,93</b>	<b>622,80</b>	

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



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

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>СД Льготное питание I смена ( 7 -11 лет)-Обед</b>						
Сыр (порциями)	15	3,67	3,44	0	46,43	С6.2004 № 97
Салат из свежих огурцов	100	0,71	9,88	3,12	102,32	С6.2004 № 16
Ворщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114
Говядина отварная для I блюд	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233
Фрикадельки в соусе	105	8,35	11,21	11,30	179	С6.2004 № 469
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 столычный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
<b>Итого:</b>		<b>29,30</b>	<b>39,50</b>	<b>72,43</b>	<b>745,38</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1574</b>	<b>56,90</b>	<b>61,03</b>	<b>199,30</b>	<b>1306,51</b>	
<b>СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-завтрак</b>						
Салат "Мозаика"	100	1,32	8,53	6,87	120	ТТК № 23
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Чай с молоком б/сахара (диета)	200	3,20	1,85	2,50	39	ТТК № 1315
Апельсин	207,48	1,87	0,41	16,81	92,33	
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 933
<b>Итого:</b>		<b>10,58</b>	<b>26,29</b>	<b>70,63</b>	<b>609,39</b>	
<b>СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>						
Салат из свежих огурцов	100	0,71	9,88	3,12	102,32	С6.2004 № 16
Ворщ с картофелем	250	1,97	3,43	16,26	99,59	С6.2004 № 114
Говядина отварная для I блюд	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК № 233
Фрикадельки в соусе	105	8,35	11,21	11,30	179	С6.2004 № 469
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 столычный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
<b>Итого:</b>		<b>25,63</b>	<b>35,12</b>	<b>75,43</b>	<b>843,95</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1647</b>	<b>56,21</b>	<b>61,31</b>	<b>187,0</b>	<b>1190,28</b>	
<b>Целиковая завтрак I смена (7-11 лет)</b>						
Хлебцы гречневые	10	3,93	3,78	23,69	144	
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,68	5,81	41,34	237,8	С6.2004 № 508
Зелень (укроп, петрушка)	0,8	0,02	0	0,07	0,35	ТТК № 41
Гуляш ***	100	14,47	14,81	4,12	207	ТТК № 1355
Теплый комлот "Черника"	170	0,15	0,07	14,01	54,71	ТТК № 858
Мандарины	100	0,75	0,18	6,83	37	
<b>Итого:</b>		<b>27,00</b>	<b>24,65</b>	<b>89,06</b>	<b>681,96</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинской работниц



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