



питанию

Столовая МБОУ СОШ № 31 **000023**

МБОУ

МБОУ СОШ № 31

СЛУЖБА ПО ОБОЩЕНИЮ
ИМУЩЕСТВА
КОММУНАЛ ПИТАНИЕ

Кочурина Л.З.

Дата

22.01.2024

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180	С6.2004 № 413
Паста сырная	150	8,26	10,33	29,34	244	ТТК № 552
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	15	0,16	0,03	0,56	3,6	ТТК № 44
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Яблоко	106,05	0,42	0,42	10,39	51,96	
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:	621	26,48	27,95	76,73	662,41	
Обед (7 - 11 лет)						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180	С6.2004 № 413
Паста сырная	175	9,64	12,05	34,23	284,67	ТТК № 552
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	25	0,27	0,05	0,93	6	ТТК № 44
Зелень (укроп, петрушка)	1,32	0,04	0,01	0,11	0,58	ТТК № 41
Компот из изюма	200	0,36	0	28,79	110	ТТК № 822
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:	801	30,54	31,24	109,78	826,53	
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Вареники с картофелем отварные	150	6,56	7,25	46,21	280,5	ТТК № 229
Масло сливочное	5,38	0,04	3,91	0,07	35,87	ТТК № 43
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	397	10,02	13,81	67,70	421,49	
Завтрак (12 лет и старше)						
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180	С6.2004 № 413
Паста сырная	180	9,91	12,40	35,21	292,8	ТТК № 552
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	25	0,27	0,05	0,93	6	ТТК № 44
Зелень (укроп, петрушка)	1,04	0,03	0	0,09	0,46	ТТК № 41
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930
Итого:	551	27,76	29,97	71,45	660,11	

Склад О. Г.
Кочурина Л.З.

МЕНЮ

22.01.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Обед (12 лет и старше)						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180	С6.2004 № 413
Соус "Сырный" с зеленью	39,07	2,82	2,71	2,88	47,86	ТТК № 1011
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8	С6.2004 № 516
Огурцы свежие, нарезка	25	0,20	0,02	0,62	3,33	ТТК № 45
Компот из изюма (витаминизированный 70)	200	0,37	0,01	28,80	109,82	ТТК № 822-70
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого	819	29,72	26,98	112,30	786,09	
Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак						
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180	С6.2004 № 413
Паста сырная	180	9,91	12,40	35,21	292,8	ТТК № 552
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	20	0,22	0,04	0,74	4,8	ТТК № 44
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
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	550	27,75	29,62	72,60	680,45	
Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурца	90	0,89	8,97	4,18	100,08	С6.2004 № 20
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Рагу овощное с тыквой	150	2,78	5,66	13,88	123	С6.2004 № 539
Лук зеленый (перо)	2,82	0,11	0,01	0,38	1,88	ТТК № 81
Компот из изюма (витаминизированный 50)	200	0,36	0	28,79	109,76	ТТК № 822-50
Апельсин	190	1,71	0,38	15,39	84,55	
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	1137	29,37	34,01	110,33	871,85	
Итого	1583	37,14	63,63	182,73	1538	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

Степан О. П.
Кочуркина Л.З.
Редина Г.М.

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,68	7,94	3,11	85,46	ТТК № 3
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Рагу овощное с тыквой	150	2,78	5,66	13,88	123	С6.2004 № 539
Лук зеленый (перо)	2,29	0,09	0,01	0,33	1,53	ТТК № 81
Компот из яблок (витаминизированный 50)	200	0,36	0	28,79	109,76	ТТК № 822-50
Апельсин	190	1,71	0,38	15,39	84,55	
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:	1012	20,15	32,98	109,21	856,58	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180	С6.2004 № 413
Паста сырая	180	9,91	12,40	35,21	292,8	ТТК № 552
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	30	0,32	0,06	1,12	7,2	ТТК № 44
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
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:	560	27,87	29,64	92,76	662,85	
Итого:	1582	57,02	62,62	181,97	1519,43	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180	С6.2004 № 413
Паста сырая	180	9,91	12,40	35,21	292,8	ТТК № 552
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	20	0,22	0,04	0,74	4,8	ТТК № 44
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
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:	550	27,77	29,62	72,40	660,45	

Директор
 Заведующий производством
 Медицинский работник

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

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,78	7,90	3,71	88,96	С6.2004 №20
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Рагу овощное с тыквой	180	3,33	6,79	16,65	147,6	С6.2004 № 539
Компот из изюма (витаминизированный 70)	200	0,37	0,01	28,80	109,82	ТТК № 822-70
Апельсин	182,91	1,65	0,37	14,82	81,39	
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:	1 013	29,66	34,14	11,69	880,05	
Итого:	1 593	57,43	63,76	104,09	1 340,5	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,85	9,92	3,89	106,83	ТТК № 3
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Рагу овощное с тыквой	180	3,33	6,79	16,65	147,6	С6.2004 № 539
Компот из изюма (витаминизированный 70)	200	0,37	0,01	28,80	109,82	ТТК № 822-70
Апельсин	182,73	1,64	0,37	14,80	81,31	
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:	1 063	29,72	36,06	11,05	897,64	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180	С6.2004 № 413
Паста сырная	180	9,91	12,40	35,21	292,8	ТТК № 552
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	20	0,22	0,04	0,74	4,8	ТТК № 44
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
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:	550	27,77	29,63	72,40	650,45	
Итого:	1 613	57,49	65,20	104,25	1 358,29	
СД Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак						
Хлебным хрустящие	11	3,93	3,78	23,69	144	
Биточки паровые	100	14,91	14,43	9,91	230	С6.2004 № 466
Паста сырная	180	9,91	12,40	35,21	292,8	ТТК № 552
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:	526	33,62	32,71	82,94	754,8	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
СД Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,98	9,97	4,64	111,2	С6.2004 №20
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Рагу овощное с тыквой	150	2,78	5,66	13,88	123	С6.2004 № 539
Компот из с/м черноплодной рябины (диета)	200	0,56	0,07	3,02	8	ТТК № 1326
Яблоки печеные	126,5	0,51	0,47	29,66	126,5	С6.2004 № 674
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,50	22,06	108	ПП № 933
Итого	977	28,31	35,16	47,93	810,96	
Итого	1493	61,93	62,87	180,27	1376,78	
СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Хлебцы хрустящие	11	3,93	3,78	23,69	144	
Биточки паровые	100	14,91	14,43	9,91	230	С6.2004 № 466
Паста сырная	180	9,91	12,40	35,21	292,8	ТТК № 592
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	316	33,62	32,71	82,34	569,8	
СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,78	7,98	3,71	88,96	С6.2004 №20
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Рагу овощное с тыквой	180	3,33	6,79	16,65	147,6	С6.2004 № 539
Компот из с/м черноплодной рябины (диета)	200	0,56	0,07	3,02	8	ТТК № 1326
Яблоки печеные	119,62	0,48	0,44	28,05	119,62	С6.2004 № 674
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,50	22,06	108	ПП № 933
Итого	980	28,63	33,37	86,26	812,46	
Итого	1495	62,25	66,98	180,50	1572,26	
Целзякий завтрак I смена (7-11 лет)						
Хлебцы гречневые	10	3,93	3,78	23,69	144	
Салат из свежих огурцов	90	0,64	8,89	2,81	92,07	С6.2004 № 16
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,68	5,81	41,34	237,8	С6.2004 № 508
Лук зеленый (перо)	2,66	0,11	0,01	0,37	1,77	ТТК № 81
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Биточек мясной с морковью*** (на пару)	100	13,19	13,67	9,50	211	ТТК № 1402*
Итого	558	28,52	33,68	89,12	457,49	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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