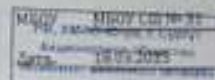


Структурное подразделение

021 (МБОУ СО № 33)

Материально-ответственное лицо

Кочурова Л. Э.



МЕНЮ

| Наименование блюда | Вес блюда | показатели пищевой ценности | | | Энергетическая ценность | № рецептур |
|--|------------|-----------------------------|--------------|---------------|-------------------------|------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Завтрак (7 - 11 лет) | | | | | | |
| Чашечка йогурт | 100 | 11,82 | 13,59 | 1,41 | 181,83 | ТТК 560/1 |
| Каша перловая рассыпчатая | 160 | 2,16 | 1,99 | 39,09 | 150,96 | ТТК 574 |
| Чай зеленый с сахаром | 200 | | | 9,08 | 34,51 | ТТК 613 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Пюре фруктовое Фруита | 90 | | | 1,18 | 4,44 | |
| Итого: | 575 | 15,76 | 15,77 | 53,97 | 422,72 | |
| Средняя стоимость блюда руб. | | | | | | |
| Обед (7 - 11 лет) | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 4,4 | 4,74 | 12,82 | 106,44 | ТТК 637 |
| Зелень | 1 | 0,03 | | 0,09 | 0,44 | ТТК 671 |
| Говядина отварная для I блюда | 10 | 3,3 | 2,32 | | 34,06 | ТТК 631/1 |
| Сметана | 25 | 0,49 | 2,64 | 0,88 | 29,88 | ТТК 664 |
| Биточки "Нежный" | 100 | 5,95 | 8,45 | 8,73 | 168,54 | ТТК 597 |
| Картофель, запеченный из отварного | 150 | 3,13 | 4,54 | 30,69 | 184,83 | ТТК 596 |
| Помидор свежий дольками | 55 | 0,59 | 0,11 | 2,81 | 13,98 | ТТК 676/1 |
| Напиток фруктовый "Витаминка" | 200 | 0,43 | 0,09 | 8,85 | 37,15 | ТТК 629 |
| Хлеб столбный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТК 609 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Апельсин | 165 | 1,49 | 0,33 | 18,95 | 46,85 | ТТК 1032 |
| Итого: | 731 | 23,7 | 23,72 | 101,63 | 721,15 | |
| Средняя стоимость блюда руб. | | | | | | |
| Полдничное питание (7 - 11 лет) | | | | | | |
| Чашечка йогурт | 100 | 11,82 | 13,59 | 1,41 | 181,83 | ТТК 560/1 |
| Каша перловая рассыпчатая | 160 | 2,03 | 1,84 | 32,86 | 150,96 | ТТК 574 |
| Чай зеленый с сахаром | 200 | | | 9,08 | 34,51 | ТТК 613 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Пюре фруктовое Фруита | 90 | | | 1,18 | 4,44 | |
| Итого: | 575 | 15,57 | 15,69 | 56,94 | 429,69 | |
| Средняя стоимость блюда руб. | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 4,4 | 4,74 | 12,82 | 106,44 | ТТК 637 |
| Говядина отварная для I блюда | 10 | 3,3 | 2,32 | | 34,06 | ТТК 631/1 |
| Зелень | 1 | 0,03 | | 0,09 | 0,44 | ТТК 671 |
| Сметана | 15 | 0,37 | 1,98 | 0,48 | 21,51 | ТТК 664 |
| Биточки "Нежный" | 100 | 5,95 | 8,45 | 8,73 | 168,54 | ТТК 593 |
| Картофель, запеченный из отварного | 150 | 3,13 | 4,54 | 30,69 | 184,83 | ТТК 596 |
| Помидор свежий дольками | 40 | 0,43 | 0,08 | 2,04 | 10,17 | ТТК 676/1 |
| Напиток фруктовый "Витаминка" | 200 | 0,43 | 0,09 | 8,85 | 37,15 | ТТК 629 |
| Хлеб столбный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТК 609 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Апельсин | 165 | 1,49 | 0,33 | 18,95 | 46,85 | ТТК 1032 |
| Итого: | 731 | 22,91 | 23,03 | 100,71 | 717,72 | |
| Средняя стоимость блюда руб. | | | | | | |

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

Сивак О. Г.
Кочурова Л. Э.
Резнижа Г. М.

| Льготное питание (7 -11 лет) | | | | | | |
|---|-----|-------|-------|--------|---------|-----------|
| Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 4,4 | 4,74 | 12,82 | 106,44 | ТТК 637 |
| Говядина отварная для 1 блюда | 10 | 3,3 | 2,32 | | 34,06 | ТТК 637/1 |
| Зелень | 1 | 0,03 | | 0,09 | 0,44 | ТТК 671 |
| Сметана | 15 | 0,37 | 1,96 | 0,49 | 21,61 | ТТК 664 |
| Биток "Нежный" | 100 | 6,96 | 8,45 | 5,73 | 186,54 | ТТК 663 |
| Картофель, запеченный из отварного | 150 | 3,13 | 4,54 | 30,69 | 164,83 | ТТК 666 |
| Помидор свежий дольками | 40 | 0,43 | 0,08 | 2,04 | 10,17 | ТТК 676/1 |
| Напиток фруктовый "Витаминка" | 200 | 0,43 | 0,09 | 6,86 | 37,16 | ТТК 629 |
| Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,26 | 11,03 | 54 | ТТК 609 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Апельсин | 166 | 1,48 | 0,33 | 16,95 | 48,86 | ТТК 1032 |
| Итого | 971 | 23,31 | 23,33 | 100,23 | 329 | |
| Стоимость питания, руб. | | | | | | 419,17 |
| Завтрак (12 лет и старше) | | | | | | |
| Чашочки молочные | 100 | 11,62 | 13,66 | 1,41 | 181,63 | ТТК 560/1 |
| Лепешки отварные с маслом | 200 | 4,5 | 6,3 | 39,8 | 177 | ТТК 1419 |
| Соус томатный | 50 | 0,3 | 0,66 | 1,66 | 13,36 | ТТК 661 |
| Чай зеленый с сахаром | 200 | | | 9,08 | 24,51 | ТТК 613 |
| Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,26 | 11,03 | 54 | ТТК 609 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Итого | 600 | 19,63 | 21,84 | 74,99 | 308,7 | |
| Стоимость питания, руб. | | | | | | 346,13 |
| Обед (12 лет и старше) | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем | 250 | 8,5 | 5,93 | 16,03 | 131,8 | ТТК 637 |
| Биток "Нежный" | 100 | 6,96 | 8,45 | 5,73 | 186,54 | ТТК 663 |
| Картофель печеный с маслом | 100 | 21,44 | 20,27 | 43,36 | 678,77 | ТТК 1424 |
| Чай зеленый с сахаром | 200 | | | 9,08 | 24,51 | ТТК 613 |
| Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,26 | 11,03 | 54 | ТТК 609 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Сметана | 20 | 0,49 | 2,64 | 0,66 | 28,99 | ТТК 66 |
| Итого | 619 | 39,77 | 37,79 | 97,9 | 1.342,9 | |
| Стоимость питания, руб. | | | | | | 130,1 |
| Льготное питание (12 лет и старше) | | | | | | |
| Сметана | 25 | 0,81 | 3,3 | 0,82 | 36,86 | ТТК 66 |
| Каша молочная из смеси зерновых хлопьев | 200 | 5,87 | 3,29 | 6,15 | 37,32 | ТТК 6 |
| Масло сливочное | 5 | 0,04 | 2,13 | 0,07 | 33,03 | ТТК 6 |
| Сырники | 90 | 3,19 | 6,92 | 14,4 | 138,14 | ТТК 11 |
| Сыр порционный | 15 | 2,17 | 3,24 | | 31,43 | ТТК 11 |
| Напиток "Грушевый" | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,66 | 36,62 | ТТК 6 |
| Лепешки фруктовые Фрума | 90 | | | 1,16 | 4,44 | |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 50 | 3,44 | 0,6 | 24,02 | 119 | ТТК 1 |
| Итого | 670 | 35,14 | 19,39 | 59,1 | 633,04 | |
| Суп гороховый | 250 | 7,56 | 5,66 | 25,68 | 176,88 | ТТК |
| Зелень | 1 | 0,03 | | 0,09 | 0,44 | ТТК |
| Говядина отварная для 1 блюда | 10 | 3,3 | 2,32 | | 34,06 | ТТК 1 |
| Паста "Школьник" с томатом | 250 | 10,08 | 13,94 | 38,58 | 327,17 | ТТК |
| Кукуруза консервированная | 40 | 0,23 | 0,16 | 3,98 | 28 | ТТК |
| Напиток фруктовый "Витаминка" | 200 | 0,43 | 0,09 | 6,86 | 37,16 | ТТК |
| Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,26 | 11,03 | 64 | ТТК |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 68 | ТТК |
| Апельсин | 150 | 1,35 | 0,3 | 15,41 | 42,6 | ТТК |
| Итого | 951 | 26,37 | 22,97 | 115,61 | 758,28 | |
| Стоимость питания, руб. | | | | | | 6 |

Директор
 Заведующий производством
 Медицинский работник



Сила
 Кокурин
 Релва

| | | | | | | |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|-----------|
| Суп гороховый | 200 | 0,53 | 2,32 | 0,09 | 0,44 | ТТХ 671 |
| Зелень | 10 | 3,3 | 2,32 | | 34,06 | ТТХ 671 |
| Говядина отварная для I блюда | 250 | 10,08 | 13,94 | 38,58 | 327,17 | ТТХ 523 |
| Паста "шкотовый" с томатом | 40 | 0,23 | 0,16 | 3,96 | 28 | ТТХ 672 |
| Кукуруза консервированная | 200 | 0,43 | 0,09 | 8,65 | 37,15 | ТТХ 608 |
| Напиток фруктовый "Витамин" | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТХ 609 |
| Хлеб столетний из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТХ 608 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 150 | 1,95 | 0,3 | 15,41 | 42,5 | ТТХ 608 |
| Апельсин | 100 | 5,3 | 2,32 | 11,03 | 54 | ТТХ 609 |
| Каша молочная из смеси зерновых хлопьев | 200 | 6,87 | 3,29 | 8,15 | 67,32 | ТТХ 606 |
| Масло сливочное | 5 | 0,04 | 2,13 | 0,07 | 33,03 | ТТХ 607 |
| Сырники | 90 | 3,19 | 8,92 | 14,4 | 138,14 | ТТХ 1193 |
| Сыр порционный | 15 | 2,17 | 3,34 | | 31,43 | ТТХ 1234 |
| Напиток "Грушанка" | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,58 | 35,82 | ТТХ 608 |
| Напиток "Грушанка" | 60 | | | 1,18 | 4,44 | |
| Пюре фруктовое фрукт. | 60 | 3,44 | 0,6 | 24,02 | 116 | ТТХ 608 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 0,61 | 3,3 | 0,62 | 35,96 | ТТХ 604 |
| Сметана | 100 | 14,11 | 19,25 | 2,3 | 17,04 | |
| Суммарность питания, руб. | | | | | | 421,99 |
| Завтрак (12 лет и старше) | | | | | | |
| Вареники с сапистой отварная | 150 | 6,66 | 5,92 | 30,35 | 235,38 | ТТХ 601 |
| Чай зеленый с сахаром | 200 | | | 9,06 | 24,51 | ТТХ 613 |
| Хлеб столетний из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТХ 609 |
| Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки | 175 | 0,3 | 3,77 | 15,4 | 111,6 | |
| Суммарность питания, руб. | | | | | | 331,49 |
| Соусы отварные | 100 | 5,45 | 8,74 | | 82,31 | ТТХ 618 |
| Макарон с сыром | 180 | 5,93 | 8,19 | 23,83 | 190,62 | ТТХ 600 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,19 | 0,04 | 7,22 | 20,01 | ТТХ 618 |
| Хлеб столетний из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТХ 609 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТХ 608 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 110 | 0,44 | 0,93 | 11,21 | 58,78 | ТТХ 665 |
| Груша | 140 | 15,4 | 13,9 | 37 | 117 | |
| Огурец свежий | 100 | 0,79 | 0,09 | 5,43 | 15,82 | ТТХ 670-1 |
| Суп гороховый | 250 | 7,56 | 6,86 | 29,88 | 176,86 | ТТХ 639 |
| Зелень | 1 | 0,03 | | 0,09 | 0,44 | ТТХ 671 |
| Говядина отварная для I блюда | 25 | 8,25 | 5,8 | 0,34 | 65,15 | ТТХ 631 |
| Каша гречневая с филе индейки | 250 | 7,56 | 4,23 | 18,17 | 244,9 | ТТХ 521 |
| Компот из смеси орехофруктов | 300 | 0,46 | 0,03 | 21,64 | 65,56 | ТТХ 624 |
| Вагеттани | 60 | 0,21 | 8,27 | 13,75 | 50,4 | ТТХ 605 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной | 20 | 1,67 | 0,89 | 9,8 | 52 | ТТХ 804 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТХ 608 |
| Митболы с сыром | 180 | 3,42 | 4,08 | 29,05 | 198,64 | ТТХ 588 |
| Картофель отварной | 200 | 0,2 | 1 | 20,5 | 86,4 | ТТХ 1392 |
| Сок фруктовый | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТХ 609 |
| Хлеб столетний из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТХ 608 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 90 | | | | | |
| Пюре фруктовое фрукт. | 130 | 9,2 | 9,94 | 12,27 | 101,19 | |
| Суммарность питания, руб. | | | | | | 676,78 |

Директор
Заведующий производством
Медицинской работник



Силах О. Г.
Кочурова Л. З.
Резина Г. М.