



МЕНЮ
на 26.01.2021



МБУ "Школа № 43"

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Завтрак							
<i>бесплатный, начальная школа (за исключением ОВЗ)</i>							
	6948	Огурец соленый	40	4,10	0,36	0,04	4,80
	263/97	Сосиска отварная	50	31,00	5,61	12,19	132,95
	469/96 516/3/04	Макароны отварные	150	7,00	5,65	4,29	205,29
	696/97	Компот из яблок	160	7,00	0,15	0,15	22,72
	771	Батон в ассортименте	35	4,00	2,63	1,02	91,60
	776	Трубочка слоеная в ассортименте	35	6,00	1,64	5,74	115,86
Итого:				98,10	16,04	23,43	643,32

Завтрак							
	Tab №24/96	Огурец соленый	20	2,00	0,16	0,02	2,18
	363/97	Сосиска отварная	50	31,00	5,61	12,19	132,95
	469/96 516/3/04	Макароны отварные	150	7,00	5,65	4,29	205,29
	696/97	Компот из яблок	160	7,00	0,15	0,15	22,72
	771	Батон в ассортименте	35	4,00	2,63	1,02	91,60
	776	Трубочка слоеная в ассортименте	35	6,00	1,64	5,74	115,86
Итого:				97,00	15,84	23,41	640,71

Обед							
	110/96	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	13,00	1,66	4,06	87,28
	№ 403/96	Плов из мяса	50/150	52,00	14,44	31,40	497,64
	628/96	Чай с сахаром	160	2,00	0,80	0,20	58,92
	пром	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,04	0,32	93,76
Итого:				71,00	19,94	35,98	737,58

Раздача свободного выбора без 1-го

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
	124 Тольятти 2013	Салат из крабовых палочек с рисом	40	1,64	6,30	3,01	75,30
	УКС КОП №02/95	Салат Нежность с соусом	40	2,97	8,18	1,66	92,14
	776	Салат "Серпень"	60	0,66	1,55	1,98	24,51
	872013	Салат "Школьный" с соусом	50	1,02	3,38	4,35	51,90
	776	Яйцо под соусом с кукурузой	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
	Tab 24/96	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40
	Tab №24/96	Десерт фруктовый (банан)	100	1,50	0,50	21,00	94,50
Вторые блюда							
	776	Котлета Пожарская из цыплят	55	13,60	18,17	13,00	269,93
	№2 от 07.10.2019	Голубцы ленивые куриные	50	6,20	7,58	3,10	105,40
	776	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10
	664/96	Пельмени отварные с маслом	100/5	9,25	16,55	12,62	236,44
	№ 403/96	Плов из мяса	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90
Гарниры и соусы							
	776	Рис оригинальный	100	2,87	4,10	27,90	159,98
	200/96	Картофель отварной	100	2,08	0,42	16,92	79,78
	469/96 516/3/04	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
	628/96	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92
Хлеб							
	пром	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Мучные изделия							
	776	Бантик шоколадный	50	3,90	3,60	28,74	162,96
	776	Булочка Загадка	50	4,77	2,02	32,87	168,74
Итого:				71,00			

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
	124 Тольятти 2013	Салат из крабовых палочек с рисом	40	1,64	6,30	3,01	75,30
	УКС КОП №02/95	Салат Нежность с соусом	40	2,97	8,18	1,66	92,14
	776	Салат "Серпень"	60	0,66	1,55	1,98	24,51
	872013	Салат "Школьный" с соусом	50	1,02	3,38	4,35	51,90
	776	Яйцо под соусом с кукурузой	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
	Tab 24/96	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40
	Tab №24/96	Десерт фруктовый (банан)	100	1,50	0,50	21,00	94,50
Первые блюда							
	110/96	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,28
Вторые блюда							
	776	Котлета Пожарская из цыплят	55	13,60	18,17	13,00	269,93
	№2 от 07.10.2019	Голубцы ленивые куриные	50	6,20	7,58	3,10	105,40
	776	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10
	664/96	Пельмени отварные с маслом	100/5	9,25	16,55	12,62	236,44
	№ 403/96	Плов из мяса	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90
Гарниры и соусы							
	776	Рис оригинальный	100	2,87	4,10	27,90	159,98
	200/96	Картофель отварной	100	2,08	0,42	16,92	79,78
	469/96 516/3/04	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
	628/96	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92
Хлеб							
	771	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
Мучные изделия							
	№ 107/06 Муч	Булочка Ванильная	50	4,15	3,90	29,51	169,74
	776	Плюшка Московская	50	4,25	3,19	31,17	170,39
Итого:				80,00			

Зав. производством Ильцова В. Р.

Ответственный за питание _____
См/УМ 2.4.5.2403-08

Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru