



Согласовано:  
И. директор МБУ "Школа № 43"

**МЕНЮ**  
на 29.01.2021

МБУ "Школа № 43"

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			Ккалл
					Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>								
<b>бесплатный, начальная школа (за исключением ОВЗ)</b>								
ТТК	10936	Ветчина порционная	20	10,90	2,71	4,58	0,40	53,66
	17640	Йогурт в асс 110гр		20,00	3,50	1,88	16,00	95,00
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	19,00	8,57	7,64	42,52	273,12
630/96	11435	Чай с молоком	160	6,00	1,16	1,40	13,86	72,68
ПТ	15228	Батон в ассортименте	35	4,10	2,63	1,02	17,99	91,60
			<b>Итого:</b>	<b>59,10</b>	<b>16,57</b>	<b>16,52</b>	<b>90,77</b>	<b>586,06</b>

<b>Завтрак</b>								
ТТК	10936	Ветчина порционная	20	10,00	2,71	4,58	0,40	53,66
	17640	Йогурт в асс 110гр		20,00	3,50	1,88	16,00	95,00
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	19,00	8,57	7,64	42,52	273,12
ТТК	13921	Чай яблочный	160	4,00	0,05	0,05	10,80	43,85
ПТ	15228	Батон в ассортименте	35	4,00	2,63	1,02	17,99	91,60
			<b>Итого:</b>	<b>67,00</b>	<b>17,46</b>	<b>15,17</b>	<b>87,71</b>	<b>557,23</b>

<b>Обед</b>								
ТТК	16761	Солянка Школьная	200	20,00	3,43	6,03	7,47	97,83
ТТК,ап 15/12/18	17306	Котлета Веста рыбная из минтая	50	28,00	1,56	3,37	5,49	58,57
472/96	145	Картофельное пюре	100	14,00	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК 18.06.17	14226	Компот из сливы	160	6,00			15,97	63,87
ПТ	148	Хлеб пшеничный	35	3,00	2,66	0,26	17,22	82,04
			<b>Итого:</b>	<b>71,00</b>	<b>9,84</b>	<b>13,12</b>	<b>60,85</b>	<b>400,87</b>

Раздача свободного выбора без 1-го				Пищевая ценность			
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой	40	2,95	4,24	2,34	59,33
69/97	16025	Салат из редьки и моркови с соусом	50	1,11	3,85	4,05	55,30
29/96	2110	Салат из свеклы с сыром и чесноком	50	2,71	7,39	4,38	94,87
141/92	14192	Салат из морской капусты с яйцом	40	17,88	63,20	16,80	707,52
№65/2004	13969	Салат картофельный с сельдью	50	4,28	7,92	5,47	110,28
Таб.№24/96	7092	Десерт фруктовый (мандарин)	90	0,72	0,18	6,75	31,50
Таб.№24/96	13090	Десерт фруктовый (киви)	70	0,56	0,28	5,67	27,44
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК,ап 15/12/18	17306	Котлета Веста рыбная из минтая	50	1,56	3,37	5,49	58,57
480/96.488/04	8638	Котлета рубленая из цыплят	50	7,21	9,59	12,90	166,75
484/04	16676	Перец фаршированный с мясом, рисом с соусом	67,5	4,68	6,73	6,24	104,21
393/97	146	Сосиска отварная	50	5,61	12,19	0,20	132,95
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
664/96	15384	Пельмени отварные с маслом	100/5	9,25	16,55	12,62	236,44
<b>Гарниры и соусы</b>							
472/96	145	Картофельное пюре	100	2,20	3,44	14,70	98,56
469/96	15763	Спагетти отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84
<b>Третьи блюда</b>							
628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92
<b>Хлеб</b>							
проем	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Мучные изделия</b>							
№62/113	13477	Булочка с повидлом	50	4,27	2,87	33,25	175,91
ТТК	175	Плюшка Московская	50	4,25	3,19	31,17	170,39
			<b>Итого:</b>	<b>71,00</b>			

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом				Пищевая ценность			
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой	40	2,95	4,24	2,34	59,33
69/97	16025	Салат из редьки и моркови с соусом	50	1,11	3,85	4,05	55,30
29/96	2110	Салат из свеклы с сыром и чесноком	50	2,71	7,39	4,38	94,87
141/92	14192	Салат из морской капусты с яйцом	40	17,88	63,20	16,80	707,52
№65/2004	13969	Салат картофельный с сельдью	50	4,28	7,92	5,47	110,28
Таб.№24/96	7092	Десерт фруктовый (мандарин)	90	0,72	0,18	6,75	31,50
Таб.№24/96	13090	Десерт фруктовый (киви)	70	0,56	0,28	5,67	27,44
<b>Первые блюда</b>							
106/97	16075	Борщ с фасолью и картофелем на кур бульоне	200	10,50	10,71	13,34	191,73
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК,ап 15/12/18	17306	Котлета Веста рыбная из минтая	50	1,56	3,37	5,49	58,57
480/96.488/04	8638	Котлета рубленая из цыплят	50	7,21	9,59	12,90	166,75
484/04	16676	Перец фаршированный с мясом, рисом с соусом	67,5	4,68	6,73	6,24	104,21
393/97	146	Сосиска отварная	50	5,61	12,19	0,20	132,95
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
664/96	15384	Пельмени отварные с маслом	100/5	9,25	16,55	12,62	236,44
<b>Гарниры и соусы</b>							
472/96	145	Картофельное пюре	100	2,20	3,44	14,70	98,56
469/96	15763	Спагетти отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84
<b>Третьи блюда</b>							
628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92
<b>Хлеб</b>							
ПТ	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	13486	Булочка Здоровье	30	3,65	0,92	16,50	88,88
ТТК	7153	Плюшка Московская	30	2,55	1,91	18,77	102,47
			<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>			

Зав. производством Ильцова В. Р.

Ответственный за питание \_\_\_\_\_  
Свягин 2 4 5 2409-08

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

E-mail: eda0910@mail.ru