



МЕНЮ

на 01.02.2021



МБУ "Школа № 43"

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

бесплатный, начальная школа (за исключением ОВЗ)

Таб №24/96	18210	Десерт фруктовый (яблоко)	140	10,10	0,56	0,56	13,72	62,16
Таб №25	17068	Бутерброд с ветчиной (батон)	20/20	12,00	4,02	7,51	10,28	124,79
284/96	1748	Омлет натуральный	105	32,00	11,07	13,88	2,04	177,36
ТТК	11465	Чай лимонный	160	5,00	0,07	0,01	13,69	55,13
			Итого:	89,10	15,72	21,96	38,73	419,44

Завтрак

Таб №24/96	4842	Десерт фруктовый (яблоко)	110	8,00	0,44	0,44	10,78	48,84
Таб №25	17068	Бутерброд с ветчиной (батон)	20/20	12,00	4,02	7,51	10,28	124,79
284/96	1748	Омлет натуральный	105	32,00	11,07	13,88	2,04	177,36
ТТК	11465	Чай лимонный	160	5,00	0,07	0,01	13,69	55,13
			Итого:	87,00	15,80	21,84	36,79	406,12

Обед

129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне	200	14,00	8,93	9,76	13,90	179,15
418/96	1133	Зразы рубленые из говядины	70	35,00	10,34	12,79	10,76	199,51
255/96 таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая	100	11,00	5,85	4,06	26,43	165,66
698/97	10799	Компот из яблок	160	7,00	0,15	0,15	22,72	92,83
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	4,00	3,04	0,32	19,68	93,76
			Итого:	71,00	28,31	27,08	83,48	730,91

Раздача свободного выбора без 1-го

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

Холодные блюда

ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой	40	2,95	4,24	2,34	59,33
ТТК	206	Морковь по-корейски	50	0,76	4,52	4,99	63,68
141/92	14192	Салат из морской капусты с яйцом	40	17,88	63,20	16,80	707,52
УКС КОП №62	13349	Салат "Бодрость"	50	1,19	2,54	5,54	49,78
Таб 24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40
Таб №24/96	10417	Десерт фруктовый (мандарин)	85	0,68	0,17	6,38	29,77

Первые блюда

110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26
--------	-----	---	-----	------	------	-------	-------

Вторые блюда

480/96 498/04	8638	Котлета рубленая из цыплят	50	7,21	9,59	12,90	166,75
484/04	16678	Перец фаршированный с мясом, рисом с соусом	67,5	4,68	6,73	6,24	104,21
284/96	1748	Омлет натуральный	105	11,07	13,88	2,04	177,36
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10

Гарниры и соусы

255/96 таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,85	4,06	26,43	165,66
300/96	8972	Картофель отварной	100	2,08	0,42	16,92	79,78
469/96	15763	Спагетти отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84

Третьи блюда

628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92
--------	-------	---------------	-----	------	------	-------	-------

Хлеб

пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
------	------	----------------	----	------	------	-------	-------

Мучные изделия

ТТК №5.13	1110	Сырная палочка	50	6,35	4,90	24,39	167,06
ТТК	14058	Бантик с начинкой в ассортименте	50	3,90	3,60	28,74	162,96
			Итого:	71,00			

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

Холодные блюда

ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой	40	2,95	4,24	2,34	59,33
ТТК	206	Морковь по-корейски	50	0,76	4,52	4,99	63,68
141/92	14192	Салат из морской капусты с яйцом	40	17,88	63,20	16,80	707,52
УКС КОП №62	13349	Салат "Бодрость"	50	1,19	2,54	5,54	49,78
Таб 24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40
Таб №24/96	10417	Десерт фруктовый (мандарин)	85	0,68	0,17	6,38	29,77

Первые блюда

110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне	200	8,93	9,76	13,90	179,15

Вторые блюда

480/96 498/04	8638	Котлета рубленая из цыплят	50	7,21	9,59	12,90	166,75
484/04	16678	Перец фаршированный с мясом, рисом с соусом	67,5	4,68	6,73	6,24	104,21
284/96	1748	Омлет натуральный	105	11,07	13,88	2,04	177,36
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10

Гарниры и соусы

255/96 таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,85	4,06	26,43	165,66
300/96	8972	Картофель отварной	100	2,08	0,42	16,92	79,78
469/96	15763	Спагетти отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84

Третьи блюда

628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92
--------	-------	---------------	-----	------	------	-------	-------

Хлеб

Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
------	-----	----------------	----	------	------	-------	--------

Мучные изделия

ТТК	14058	Бантик с начинкой в ассортименте	50	3,90	3,60	28,74	162,96
ТТК	5100	Булочка Загадка	50	4,77	2,02	32,87	168,74
			Итого:	80,00			

Зав. производством Ильясова В. Р.

Ответственный за питание _____
См. Гл. 2.4.5.2409-08

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

E-mail: eda0910@mail.ru