

# МЕНЮ

на 08.02.2021



МБУ "Школа № 43"

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность				Ккалл
				Длина руб.	Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>								
<b>бесплатный, начальная школа (за исключением ОВЗ)</b>								
Таб №04/96	4042	Десерт фруктовый (яблоко)	110	8,16	0,34	0,44	10,78	48,84
Таб №05/96	1650	Сыр порционный	20	15,00	4,87	6,20		75,28
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	19,00	6,27	7,84	33,76	230,68
БДЗ/96	9136	Какао с молоком	160	12,00	3,09	3,36	20,62	125,08
ПП	13984	Батон в ассортименте	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
			<b>Итого:</b>	<b>58,16</b>	<b>17,67</b>	<b>19,00</b>	<b>85,72</b>	<b>584,96</b>

<b>Завтрак</b>								
Таб №04/96	5982	Десерт фруктовый (яблоко)	90	6,00	0,36	0,36	8,82	39,96
Таб №05/96	1650	Сыр порционный	20	15,00	4,87	6,20		75,28
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	19,00	6,27	7,84	33,76	230,68
БДЗ/96	9136	Какао с молоком	160	12,00	3,09	3,36	20,62	125,08
ПП	13984	Батон в ассортименте	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
			<b>Итого:</b>	<b>57,00</b>	<b>17,59</b>	<b>18,92</b>	<b>83,78</b>	<b>875,68</b>

<b>Обед</b>								
Таб №04/96	1888	Огурец солёный	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,18
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне	200	10,00	1,82	4,16	11,06	88,96
418/96	1133	Зразы рубленые из говядины	70	35,00	10,34	12,79	10,76	199,51
472/96	145	Картофельное пюре	100	14,00	2,20	3,44	14,70	98,56
848/96	8704	Напиток из апельсинов	160	7,00	0,16	0,04	20,59	83,36
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	3,00	2,66	0,28	17,22	82,04
			<b>Итого:</b>	<b>71,00</b>	<b>17,34</b>	<b>20,73</b>	<b>74,67</b>	<b>564,81</b>

<b>Раздача свободного выбора без 1-го</b>							
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				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
ТТК	206	Морковь по-корейски	50	0,76	4,52	4,99	63,68
14192	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
№55/2004	13989	Салат картофельный с сельдью	50	4,28	7,92	5,47	110,28
Таб 24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин)	80	0,72	0,16	6,48	30,24
Таб №04/96	16229	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28
<b>Вторые блюда</b>							
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
456/04	9587	Зразы рубленые из говядины	50	7,39	9,05	7,61	141,45
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10
664/96	15384	Пельмени отварные с маслом	100/5	9,25	16,55	12,62	236,44
<b>Гарниры и соусы</b>							
488/96	15763	Спагетти отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84
472/96	145	Картофельное пюре	100	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	15280	Каша перловая с овощами	150	3,65	15,41	25,18	254,04
ТТК	10184	Каша гречневая с овощами	100	3,86	10,80	17,97	184,52
<b>Третий блюда</b>							
628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92
<b>Хлеб</b>							
ПП	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Мучные изделия</b>							
Б14/2012	13409	Булочка Ароматная	50	4,56	5,19	33,24	197,91
№769/04	342	Булочка Домашняя	50	3,95	6,56	31,06	199,08
			<b>Итого:</b>	<b>71,00</b>			

<b>Раздача свободного выбора с 1-м блюдом</b>							
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				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
ТТК	206	Морковь по-корейски	50	0,76	4,52	4,99	63,68
14192	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
№55/2004	13989	Салат картофельный с сельдью	50	4,28	7,92	5,47	110,28
Таб 24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин)	80	0,72	0,16	6,48	30,24
Таб №04/96	16229	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28
<b>Первые блюда</b>							
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне	200	1,82	4,16	11,06	88,96
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26
<b>Вторые блюда</b>							
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
456/04	9587	Зразы рубленые из говядины	50	7,39	9,05	7,61	141,45
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10
664/96	15384	Пельмени отварные с маслом	100/5	9,25	16,55	12,62	236,44
<b>Гарниры и соусы</b>							
488/96	15763	Спагетти отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84
472/96	145	Картофельное пюре	100	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	15280	Каша перловая с овощами	150	3,65	15,41	25,18	254,04
ТТК	10184	Каша гречневая с овощами	100	3,86	10,80	17,97	184,52
<b>Третий блюда</b>							
628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92
<b>Хлеб</b>							
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	3147	Булочка Золотистая	50	4,18	4,19	30,19	175,19
ТТК	10782	Булочка сахарная	50	4,55	3,06	34,59	184,10
			<b>Итого:</b>	<b>98,00</b>			

Защ. производством Ильцова В. Р.

Специальный за питание  
СанПиН 2.4.5.2409-08