

Структурное подразделение

Столовая МБОУ
лицей № 3

МБОУ

МБОУ лицей №3

Материально-ответственное лицо

Мазур Н.Д.

Дата

07.02.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Рыба, запеченная в сметанном соусе (треска)	100	11,68	5,83	4,39	118	ТТК № 326
Пюре картофельное	150	4,65	6,71	33,67	207,45	С6.2004 № 520
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Яблоко	143,88	0,58	0,58	14,10	70,5	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	656	22,54	14,36	88,96	576,07	
Обед (7 - 11 лет)						
Бутерброд горячий с сыром	60	8,12	9,20	13,44	172	С6.2004 № 10
Салат из свежих помидоров с зелёным луком	80	0,80	7,97	2,66	88,8	С6.2004 № 19
Суп "Новинка"	250	2,56	3,70	15,62	112	ТТК № 109
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Рыба, запеченная в сметанном соусе (треска)	100	11,68	5,83	4,39	118	ТТК № 326
Пюре картофельное	180	5,58	8,05	40,19	248,94	С6.2004 № 520
Зелень (укроп, петрушка)	0,27	0,01	0	0,02	0,12	ТТК № 41
Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный 50)	200	0,98	0,06	30,73	116,36	ТТК № 816-50
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	935	36,38	37,59	134,55	1 018,02	
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Сыр (порциями)	15	3,67	3,44	0	46,43	С6.2004 № 97
Каша гречневая с овощами	180	7,79	9,59	42,12	273,12	ТТК № 522
Зелень (укроп, петрушка)	1,13	0,03	0	0,10	0,5	ТТК № 41
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3	ТТК № 804
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116	ПП № 932
Итого:	446	16,63	13,94	75,66	482,35	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Handwritten signature

Тостановский А.В.
Мазур Н.Д.
Шихбабаева З.З.

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (12 лет и старше)						
Пюре картофельное	180	3,71	5,36	25,19	165,6	С6.2004 № 520
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	10,62	5,76	4,39	113	ТТК № 360
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Яблоко	153,35	0,61	0,61	15,03	75,14	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	695	20,57	12,97	81,41	533,86	
Обед (12 лет и старше)						
Суп "Новинка"	250	2,56	3,70	15,62	112	ТТК № 109
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	10,62	5,76	4,39	113	ТТК № 360
Пюре картофельное	185	5,74	8,27	41,27	255,86	С6.2004 № 520
Зелень (укроп, петрушка)	0,96	0,03	0	0,08	0,42	ТТК № 41
Напиток из брусники (витаминизированный 70)	200	0,18	0,13	26,63	103,41	ТТК № 812-70
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	791	23,06	18,70	115,38	717,69	
ГПД (7-11 лет)-Обед						
Суп "Новинка"	250	2,56	3,70	15,62	112	ТТК № 109
Гуляш из филе индейки	100	14,83	5,40	3,99	123	ТТК № 409
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8	С6.2004 № 516
Зелень (укроп, петрушка)	0,355	0,01	0	0,03	0,16	ТТК № 41
Огурцы консервированные, нарезка	20	0	0	0,59	2,24	ТТК № 52
Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный 50)	200	0,98	0,06	30,73	116,36	ТТК № 816-50
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	805	29,08	15,36	123,66	740,56	
ГПД (7-11 лет)-Полдник						
Масло сливочное	9,43	0,08	6,85	0,12	62,87	ТТК № 43
Кофейный напиток (растворимый)	200	1,70	1,41	15,92	81,56	ТТК № 808
Булочка "Абрикосинка"	50	4,23	5,10	31,35	184	ТТК № 905
Итого:	259	6,01	13,36	47,39	328,43	
Итого:	1 064	35,09	28,72	171,05	1 068,99	
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-завтрак						
Рыба, запеченная в сметанном соусе (треска)	100	11,68	5,83	4,39	118	ТТК № 326
Пюре картофельное	180	5,58	8,05	40,19	248,94	С6.2004 № 520
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Яблоко	171,1	0,68	0,68	16,77	83,84	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	713	23,57	15,80	98,15	630,9	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



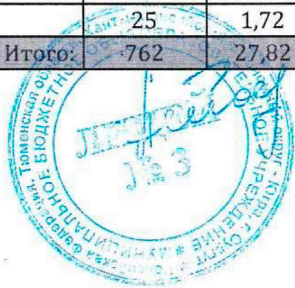
Тостановский А.В.
Мазур Н.Д.
Шихбабаева З.З.

МЕНЮ

07.02.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат "Осень"	100	1,33	10,14	5,90	117,1	ТТК № 31
Суп "Новинка"	250	2,56	3,70	15,62	112	ТТК № 109
Говядина отварная для I блюд	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233
Рагу из филе индейки	200	19,14	8,15	22,53	237,71	ТТК № 411
Напиток из брусники (витаминизированный 50)	200	0,18	0,13	17,65	69	ТТК № 812-50
Булочка "Абрикосинка"	50	4,23	5,10	31,35	184	ТТК № 905
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	880	38,17	32,92	120,64	924,81	
Итого:	1 593	61,74	48,72	218,79	1 555,71	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат "Осень"	100	1,33	10,14	5,90	117,1	ТТК № 31
Суп "Новинка"	250	2,56	3,70	15,62	112	ТТК № 109
Говядина отварная для I блюд	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233
Рагу из филе индейки	200	19,14	8,15	22,53	237,71	ТТК № 411
Напиток из брусники (витаминизированный 50)	200	0,18	0,13	17,65	69	ТТК № 812-50
Булочка "Абрикосинка"	50	4,23	5,10	31,35	184	ТТК № 905
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	880	38,17	32,92	120,64	924,81	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Рыба, запеченная в сметанном соусе (треска)	100	11,68	5,83	4,39	118	ТТК № 326
Пюре картофельное	180	5,58	8,05	40,19	248,94	С6.2004 № 520
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Яблоко	171,1	0,68	0,68	16,77	83,84	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	713	23,57	15,80	98,15	630,9	
Итого:	1 593	61,74	48,72	218,79	1 555,71	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	150	15,93	8,64	6,59	169,5	ТТК № 360
Пюре картофельное	180	5,58	8,05	40,19	248,94	С6.2004 № 520
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Яблоко	170,45	0,68	0,68	16,70	83,52	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	762	27,82	18,61	100,28	682,08	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Handwritten signature

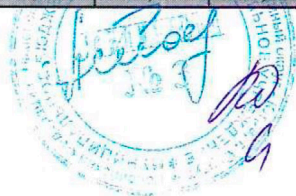
Тостановский А.В.
Мазур Н.Д.
Шихбабаева З.З.

МЕНЮ

07.02.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат "Осень"	100	1,33	10,14	5,90	117,1	ТТК № 31
Суп "Новинка"	250	2,56	3,70	15,62	112	ТТК № 109
Говядина отварная для I блюд	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233
Рагу из филе индейки	200	19,14	8,15	22,53	237,71	ТТК № 411
Напиток из брусники (витаминизированный 70)	200	0,18	0,13	26,63	103,41	ТТК № 812-70
Булочка "Абрикосинка"	50	4,23	5,10	31,35	184	ТТК № 905
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	880	38,17	32,92	129,62	959,22	
Итого:	1 642	65,99	51,53	229,90	1 641,3	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат "Осень"	100	1,33	10,14	5,90	117,1	ТТК № 31
Суп "Новинка"	250	2,56	3,70	15,62	112	ТТК № 109
Говядина отварная для I блюд	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233
Рагу из филе индейки	200	19,14	8,15	22,53	237,71	ТТК № 411
Напиток из брусники (витаминизированный 70)	200	0,18	0,13	26,63	103,41	ТТК № 812-70
Булочка "Абрикосинка"	50	4,23	5,10	31,35	184	ТТК № 905
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	880	38,17	32,92	129,62	959,22	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	150	15,93	8,64	6,59	169,5	ТТК № 360
Пюре картофельное	180	5,58	8,05	40,19	248,94	С6.2004 № 520
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Яблоко	170,45	0,68	0,68	16,70	83,52	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	762	27,82	18,61	100,28	682,08	
Итого:	1 642	65,99	51,53	229,90	1 641,3	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Тостановский А.В.
Мазур Н.Д.
Шихбабаева З.З.