



Структурное подразделение

Материально-ответственное лицо

Столовая МБОУ
лицей № 3

Мазур Н.Д.

МБОУ

МБОУ лицей №3

Дата

23.01.2024



МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Икра свекольная	90	1,64	6,42	11,56	105,48	С6.2004 № 78
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша перловая с овощами	150	4,13	6,96	31,32	198,2	ТТК № 505
Зелень (укроп, петрушка)	0,61	0,02	0	0,05	0,27	ТТК № 41
Теплый компот из с/м черноплодной рябины	200	0,56	0,07	15,15	59,35	ТТК № 854
Печенье сдобное "Кексика с изюмом"	50	2,78	10,92	44,89	222,6	ТУ № 1511
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	641	27,10	39,69	130,00	904,9	
Обед (7 - 11 лет)						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	200	1,41	2,70	8,02	75,44	С6.2004 №124
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша перловая с овощами	160	4,41	7,42	33,41	211,41	ТТК № 505
Зелень (укроп, петрушка)	0,27	0,01	0	0,02	0,12	ТТК № 41
Компот из с/м черноплодной рябины (вит.50)	200	0,57	0,07	23,33	90,47	ТТК № 833-50
Печенье сдобное "Кексика с изюмом"	50	2,78	10,92	44,89	222,6	ТУ № 1511
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	760	27,15	36,43	136,70	929,04	
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Каша молочная пшённная с яблоком	200	6,73	8,24	32,77	236	ТТК № 720
Масло сливочное	6,84	0,05	4,97	0,09	45,6	ТТК № 43
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3	ТТК № 804
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	432	10,20	13,87	54,29	385,9	
Завтрак (12 лет и старше)						
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	37,58	237,84	ТТК № 505
Зелень (укроп, петрушка)	0,185	0,01	0	0,02	0,08	ТТК № 41
Теплый компот из с/м черноплодной рябины	180	0,50	0,06	13,64	53,42	ТТК № 854
Печенье сдобное "Кексика с изюмом"	50	2,78	10,92	44,89	222,6	ТУ № 1511
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	560	26,22	34,65	173,16	832,94	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Handwritten signature

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

МЕНЮ

23.01.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Обед (12 лет и старше)						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,02	94,3	С6.2004 №124
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша перловая рассыпчатая	180	5,14	4,58	39,48	214,8	С6.2004 № 508
Зелень (укроп, петрушка)	0,325	0,01	0	0,03	0,14	ТТК № 41
Напиток лимонный (витаминизированный 70)	200	0,13	0,02	24,66	96,29	ТТК № 828-70
Печенье сдобное "Кексик с изюмом"	40	2,22	8,73	39,17	178,08	ТУ № 1511
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	820	27,23	32,02	142,39	912,61	
ГПД (7-11 лет)-Обед						
Салат "Витаминка"	100	1,57	6,21	5,08	78,63	ТТК № 64
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,02	94,3	С6.2004 №124
Запеканка картофельная с колбасой	150	6,33	10,59	25,59	220	ТТК № 239
Компот из с/м черноплодной рябины (вит.50)	200	0,57	0,07	23,33	90,47	ТТК № 833-50
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	750	13,62	20,74	87,06	595,4	
ГПД (7-11 лет)-Полдник						
Каша молочная пшённая (жидкая)	150	5,30	3,00	24,06	147	С6.2004 №311
Масло сливочное	3,51	0,03	2,55	0,05	23,4	ТТК № 43
Кисель из сока фруктового	200	0,29	0,05	26,49	104,92	ТТК № 835
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	379	7,34	5,85	62,61	333,72	
Итого:	1 129	20,96	26,59	149,67	923,72	
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-завтрак						
Икра свекольная	100	1,82	7,13	12,84	117,2	С6.2004 № 78
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша перловая с овощами	195	5,37	9,05	40,72	237,66	ТТК № 505
Теплый компот из с/м черноплодной рябины	200	0,56	0,07	15,15	59,35	ТТК № 854
Печенье сдобное "Кексик с изюмом"	50	2,78	10,92	44,89	222,6	ТУ № 1511
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	695	18,50	42,19	110,3	975,81	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

23.01.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Злаковый десерт с шоколадом	34	6,50	20,00	65,00	500	
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	60	4,62	2,60	14,07	101	ТТК № 74
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	100	1,52	4,98	10,99	90,29	С6.2004 № 43
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,02	94,3	С6.2004 №124
Мясные колобки	100	14,43	17,01	7,14	239	ТТК № 271
Картофель отварной	200	4,59	6,20	38,76	227,2	С6.2004 № 518
Зелень (укроп, петрушка)	0,71	0,02	0	0,06	0,31	ТТК № 41
Компот "Мандариновая долька" (вит.50)	200	0,21	0,05	26,92	103,68	ТТК № 839-50
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	995	37,04	54,71	196,00	1437,78	
Итого:	1 690	65,54	97,20	376,33	2447,59	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Злаковый десерт с шоколадом	34	6,50	20,00	65,00	500	
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	60	4,62	2,60	14,07	101	ТТК № 74
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	100	1,52	4,98	10,99	90,29	С6.2004 № 43
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,02	94,3	С6.2004 №124
Мясные колобки	100	14,43	17,01	7,14	239	ТТК № 271
Картофель отварной	200	4,59	6,20	38,76	227,2	С6.2004 № 518
Зелень (укроп, петрушка)	0,71	0,02	0	0,06	0,31	ТТК № 41
Компот "Мандариновая долька" (вит.50)	200	0,21	0,05	26,92	103,68	ТТК № 839-50
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	995	37,04	54,71	196,00	1437,78	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

23.01.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание II смена (7-11 лет)-Полдник						
Икра свекольная	100	1,82	7,13	12,34	117,2	С6.2004 № 78
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша перловая с овощами	195	5,37	9,05	40,72	257,56	ТТК № 505
Теплый компот из с/м черноплодной рябины	200	0,56	0,07	15,15	59,35	ТТК № 854
Печенье сдобное "Кексика с изюмом"	50	2,78	10,92	44,89	222,6	ТУ № 1511
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	695	28,50	42,49	140,83	975,81	
Итого:	1 690	65,54	97,20	336,63	2 443,59	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Икра свекольная	100	1,82	7,13	12,34	117,2	С6.2004 № 78
Гуляш	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша перловая с овощами	195	5,37	9,05	40,72	257,66	ТТК № 505
Теплый компот из с/м черноплодной рябины	200	0,56	0,07	15,15	59,35	ТТК № 854
Печенье сдобное "Кексика с изюмом"	50	2,78	10,92	44,89	222,6	ТУ № 1511
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	695	28,50	42,49	140,83	975,81	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Злаковый десерт с шоколадом	34	6,50	20,00	65,00	500	
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	60	4,62	2,60	14,07	101	ТТК № 74
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	100	1,52	4,98	10,99	90,29	С6.2004 № 43
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,02	94,3	С6.2004 №124
Мясные колобки	100	14,43	17,01	7,14	239	ТТК № 271
Картофель отварной	200	4,59	5,20	38,76	227,2	С6.2004 № 518
Зелень (укроп, петрушка)	0,61	0,02	0	0,05	0,27	ТТК № 41
Компот "Мандариновая долька" (вит.70)	200	0,22	0,05	26,92	103,7	ТТК № 839-70
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПП № 933
Итого:	695	37,05	54,71	195,99	1 447,76	
Итого:	1 690	65,54	97,20	336,63	2 443,59	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

23.01.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Злаковый десерт с шоколадом	34	6,50	20,00	65,00	500	
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	60	4,62	2,60	14,07	101	ТТК № 74
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	100	1,52	4,98	10,99	90,29	С6.2004 № 43
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,02	94,3	С6.2004 №124
Мясные колбаски	100	14,43	17,01	7,14	239	ТТК № 271
Картофель отварной	200	4,59	6,20	38,76	227,2	С6.2004 № 518
Зелень (укроп, петрушка)	0,61	0,02	0	0,05	0,27	ТТК № 41
Компот "Мандариновая долька" (вит.70)	200	0,22	0,05	26,92	103,7	ТТК № 839-70
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПР № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПР № 933
Итого:	985	37,05	54,71	165,99	1467,76	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Икра свекольная	100	1,82	7,13	12,84	117,2	С6.2004 № 78
Гуляш	100	14,58	14,62	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша перловая с овощами	195	5,37	9,05	40,77	237,56	ТТК № 505
Теплый компот из с/м черноплодной рябины	200	0,56	0,07	15,15	59,35	ТТК № 354
Печенье сдобное "Кексик с изюмом"	50	2,73	10,92	44,89	222,6	ТВ № 1511
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПР № 932
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ПР № 933
Итого:	695	20,50	42,19	140,81	677,61	
Итого:	1680	57,55	96,90	306,80	2145,37	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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