



Структурное подразделение

Столовая МБОУ
лицей № 3

МБОУ

МБОУ лицей №3

Материально-ответственное лицо

Мазур Н.Д.

Дата

26.01.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Салат из свежих огурцов	95	0,67	9,39	2,96	97,19	С6.2004 № 16
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408
Пюре из бобовых	160	18,08	5,36	37,78	291,2	С6.1997 № 317
Зелень (укроп, петрушка)	0,1	0	0	0,01	0,04	ТТК № 41
Теплый компот "Сливовый № 2"	200	0,21	0,06	15,95	61,84	ТТК № 851
Корж школьный	75	5,53	9,60	55,67	327	ТТК № 1549
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:	680	46,21	34,82	144,96	1 089,27	
Обед (7 -11 лет)						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,8	С6.2004 № 16
Борщ с капустой и картофелем	250	1,71	3,34	13,67	82,92	С6.2004 № 110
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Пюре из бобовых	170	19,21	5,70	40,14	309,4	С6.1997 № 317
Компот "Сливовый № 2" (вит.50)	200	0,22	0,06	24,13	92,96	ТТК № 832-50
Мандарин	115,87	0,87	0,21	7,91	42,87	
Корж школьный	75	5,53	9,60	55,67	327	ТТК № 1549
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:	1 071	52,74	41,14	177,43	1 298,75	
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Рагу овощное	180	3,62	8,05	24,48	185,4	С6.2004 № 541
Зелень (укроп, петрушка)	0,39	0,01	0	0,03	0,17	ТТК № 41
Огурцы консервированные, нарезка	20	0	0	0,59	2,24	ТТК № 52
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	425	5,48	8,31	47,81	289,06	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



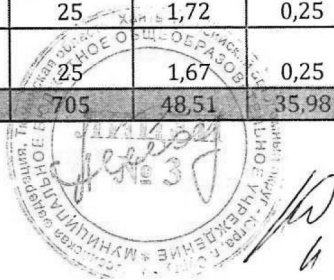
Тостановский А.В.
Мазур Н.Д.
Шихбабаева З.З.

МЕНЮ

26.01.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (12 лет и старше)						
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408
Пюре из бобовых	180	20,34	6,03	42,50	327,6	С6.1997 № 317
Зелень (укроп, петрушка)	0,32	0,01	0	0,03	0,14	ТТК № 41
Огурцы свежие, нарезка	45	0,36	0,03	1,11	6	ТТК № 45
Теплый компот "Сливовый № 2"	200	0,21	0,06	15,95	61,84	ТТК № 851
Корж школьный	75	5,53	9,60	55,67	327	ТТК № 1549
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:	650	48,17	26,13	147,85	1 034,58	
Обед (12 лет и старше)						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,71	3,34	13,67	82,92	С6.2004 № 110
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408
Пюре из бобовых	210	23,73	7,04	49,58	382,2	С6.1997 № 317
Зелень (укроп, петрушка)	0,9	0,03	0	0,08	0,4	ТТК № 41
Компот "Сливовый № 1" (вит.70)	200	0,23	0,08	23,97	92,61	ТТК № 831-70
Корж школьный	75	5,53	9,60	55,67	327	ТТК № 1549
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:	886	52,95	30,47	175,56	1 197,13	
ГПД (7-11 лет)-Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200	1,37	2,67	10,94	66,34	С6.2004 № 110
Пельмени отварные	150	13,81	8,37	32,09	261,75	С6.2004 № 719
Масло сливочное	3,49	0,03	2,53	0,05	23,27	ТТК № 43
Компот "Сливовый № 2" (вит.50)	180	0,20	0,05	21,72	83,66	ТТК № 832-50
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:	583	18,80	14,12	87,84	547,02	
ГПД (7-11 лет)-Полдник						
Сыр (порциями)	13,21	3,23	3,03	0	40,89	С6.2004 № 97
Кисель из сока фруктового	200	0,29	0,05	26,49	104,92	ТТК № 835
Булочка домашняя	100	7,17	12,17	57,41	365	С6.2004 № 769
Итого:	313	10,69	15,25	83,90	510,81	
Итого:	896	29,49	29,37	171,74	1 057,83	
Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак						
Салат из свежих огурцов	100	0,71	9,88	3,12	102,3	С6.2004 № 16
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408
Пюре из бобовых	180	20,34	6,03	42,50	327,6	С6.1997 № 317
Теплый компот "Сливовый № 2"	200	0,21	0,06	15,95	61,84	ТТК № 851
Корж школьный	75	5,53	9,60	55,67	327	ТТК № 1549
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:	705	48,51	35,98	149,83	1 130,74	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



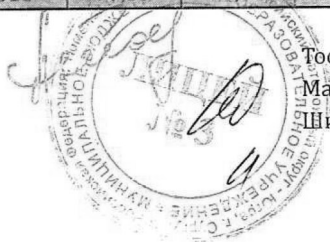
Тостановский А.В.
Мазур Н.Д.
Шихбабаева З.З.

МЕНЮ

26.01.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	105	1,03	10,47	4,87	116,76	С6 2004 №20
Борщ с капустой и картофелем	250	1,71	3,34	13,67	82,92	С6.2004 № 110
Бигус	200	24,60	28,17	13,16	399	ТТК № 268
Зелень (укроп, петрушка)	0,1	0	0	0,01	0,04	ТТК № 41
Компот из свежих плодов (яблоки) (витаминизированный 50)	200	0,15	0,14	26,02	100,67	ТТК № 821-50
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:	805	30,88	42,62	80,77	811,39	
Итого:	1 510	79,39	78,60	230,60	1 942,13	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	105	1,03	10,47	4,87	116,76	С6 2004 №20
Борщ с капустой и картофелем	250	1,71	3,34	13,67	82,92	С6.2004 № 110
Бигус	200	24,60	28,17	13,16	399	ТТК № 268
Зелень (укроп, петрушка)	0,1	0	0	0,01	0,04	ТТК № 41
Компот из свежих плодов (яблоки) (витаминизированный 50)	200	0,15	0,14	26,02	100,67	ТТК № 821-50
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:	805	30,88	42,62	80,77	811,39	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Салат из свежих огурцов	100	0,71	9,88	3,12	102,3	С6.2004 № 16
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408
Пюре из бобовых	180	20,34	6,03	42,50	327,6	С6.1997 № 317
Теплый компот "Сливовый № 2"	200	0,21	0,06	15,95	61,84	ТТК № 851
Корж школьный	75	5,53	9,60	55,67	327	ТТК № 1549
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:	705	48,51	35,98	149,83	1 138,74	
Итого:	1 510	79,39	78,60	230,60	1 942,13	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Салат из свежих огурцов	100	0,71	9,88	3,12	102,3	С6.2004 № 16
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408
Пюре из бобовых	190	21,47	6,37	44,86	345,8	С6.1997 № 317
Теплый компот "Сливовый № 2"	200	0,21	0,06	15,95	61,84	ТТК № 851
Корж школьный	75	5,53	9,60	55,67	327	ТТК № 1549
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:	715	49,64	36,32	152,19	1148,94	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,98	9,97	4,64	111,2	С6 2004 №20
Борщ с капустой и картофелем	250	1,71	3,34	13,67	82,92	С6.2004 № 110
Бигус	200	24,60	28,17	13,16	399	ТТК № 268
Зелень (укроп, петрушка)	1,83	0,05	0,01	0,16	0,81	ТТК № 41
Компот из свежих плодов (яблоки) (витаминизированный 70)	200	0,15	0,14	26,02	100,67	ТТК № 821-70
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:	802	30,88	42,13	80,69	806,6	
Итого:	1 517	80,52	78,45	232,88	1 955,54	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,98	9,97	4,64	111,2	С6 2004 №20
Борщ с капустой и картофелем	250	1,71	3,34	13,67	82,92	С6.2004 № 110
Бигус	200	24,60	28,17	13,16	399	ТТК № 268
Зелень (укроп, петрушка)	1,82	0,05	0,01	0,15	0,8	ТТК № 41
Компот из свежих плодов (яблоки) (витаминизированный 70)	200	0,15	0,14	26,02	100,67	ТТК № 821-70
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:	802	30,88	42,13	80,68	806,59	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Салат из свежих огурцов	100	0,71	9,88	3,12	102,3	С6.2004 № 16
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408
Пюре из бобовых	190	21,47	6,37	44,86	345,8	С6.1997 № 317
Теплый компот "Сливовый № 2"	200	0,21	0,06	15,95	61,84	ТТК № 851
Корж школьный	75	5,53	9,60	55,67	327	ТТК № 1549
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:	715	49,64	36,32	152,19	1148,94	
Итого:	1 517	80,52	78,45	232,87	1 955,53	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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