



Свердловское городское муниципальное унитарное предприятие «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение Столовая МБОУ лицей № 3 МБОУ МБОУ лицей №3

Материально-ответственное лицо Мазур Н.Д. Дата 20.03.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
Завтрак (7 - 11 лет)							
Рыба, под шубкой (треска)	100	13,87	7,18	5,33	142	ТТК № 361	101,17
Рис "Солнечный"	150	4,10	4,35	35,32	204,23	ТТК № 528	23,86
Зелень (укроп, петрушка)	0,97	0,03	0	0,08	0,43	ТТК № 41	0,88
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье с начинкой "Слободское"	40	2,26	7,95	42,02	183,6	ТУ № 1512	7,94
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	10	0,79	0,30	4,90	26	ПП № 930	3,38
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	546	23,10	20,82	111,34	669,31		166,00
Обед (7 - 11 лет)							
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	Сб.2004 № 140	18,59
Говядина отварная для I блюд	25	6,80	4,86	0,20	72	ТТК № 233	42,28
Рыба, под шубкой (треска)	100	13,87	7,18	5,33	142	ТТК № 361	101,17
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,63
Напиток лимонный (витаминизированный 50)	200	0,13	0,02	24,66	96,27	ТТК № 828-50	7,39
Яблоко	112,85	0,45	0,45	11,06	55,3		31,24
Печенье с начинкой "Слободское"	40	2,26	7,95	42,02	183,6	ТУ № 1512	7,94
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	953	34,44	28,84	168,12	1 016,83		248,00
Бесплатное питание (12 лет и старше)							
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,63
Зелень (укроп, петрушка)	0,44	0,01	0	0,04	0,19	ТТК № 41	0,40
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	30	0,32	0,06	1,12	7,2	ТТК № 44	15,19
Теплый напиток "Лимонный"	190	0,12	0,01	10,17	41,09	ТТК № 856	6,76
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	425	7,09	5,54	65,72	351,56		55,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

20.03.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
Завтрак (12 лет и старше)							
Рыба, тушенная в томате с овощами (треска)	100	9,52	4,75	4,93	102	С6.2004 № 374	86,81
Рис "Солнечный"	195	5,33	5,66	45,92	265,5	ТТК № 528	31,02
Лук зеленый (перо)	2,82	0,11	0,01	0,38	1,88	ТТК № 81	2,36
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье с начинкой "Слободское"	40	2,26	7,95	42,02	183,6	ТУ № 1512	7,94
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	583	20,64	19,22	125,76	706,23		146,00
Обед (12 лет и старше)							
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Рыба, тушенная в томате с овощами (треска)	100	9,52	4,75	4,93	102	С6.2004 № 374	86,81
Рис припущенный	185	4,31	4,70	45,21	240,5	С6.2004 № 512	20,51
Зелень (укроп, петрушка)	0,71	0,02	0	0,06	0,31	ТТК № 41	0,64
Напиток лимонный (витаминизированный 70)	200	0,13	0,02	24,66	96,29	ТТК № 828-70	7,50
Печенье с начинкой "Слободское"	40	2,26	7,95	42,02	183,6	ТУ № 1512	7,94
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	801	20,68	19,99	149,55	793,28		146,00
ГПД (7-11 лет)-Обед							
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,18	1,86	16,53	90,06	С6.2004 № 140	14,87
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233	16,91
Гречанники с соусом	100	8,52	14,04	11,24	203	ТТК № 285	49,23
Пюре из бобовых	150	16,95	5,03	35,42	273	С6.1997 № 317	10,15
Зелень (укроп, петрушка)	0,51	0,01	0	0,04	0,22	ТТК № 41	0,46
Компот из вишни с/м и яблок (вит.50)	200	0,23	0,11	13,46	53	ТТК № 843-50	18,61
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	706	33,90	23,82	98,61	758,08		120,99
ГПД (7-11 лет)-Полдник							
Масло сливочное	9,64	0,08	7,00	0,13	64,27	ТТК № 43	9,48
Кисель из черной смородины	200	0,26	0,13	26,26	106	ТТК № 844	14,63
Булочка ванильная	100	8,12	9,01	60,42	353	С6.2004 № 767	10,90
Итого:	310	8,46	16,14	86,81	523,27		35,00
Итого:	1 016	42,36	39,96	185,42	1 281,35		156,00
Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак							
Рыба, под шубкой (треска)	100	13,87	7,18	5,33	142	ТТК № 361	101,17
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,63
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье с начинкой "Слободское"	40	2,26	7,95	42,02	183,6	ТУ № 1512	7,94
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	585	24,67	21,98	123,22	735,73		173,27

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

20.03.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед							
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78	18,82
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Говядина отварная для I блюда	15	4,08	2,92	0,14	43,2	ТТК № 233	25,37
Котлеты "Сочность"	100	15,25	13,89	7,73	215	ТТК № 414	75,02
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38	С6.2004 № 518	34,34
Компот из вишни с/м и яблук (вит.50)	200	0,23	0,11	13,46	53	ТТК № 843-50	18,61
Мандарин	111,08	0,83	0,20	7,59	41,1		39,23
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	1 001	31,60	33,04	112,54	869,86		240,74
Итого:	1 586	56,27	55,02	235,76	1 605,59		414,00
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед							
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78	18,82
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Говядина отварная для I блюда	15	4,08	2,92	0,14	43,2	ТТК № 233	25,37
Котлеты "Сочность"	100	15,25	13,89	7,73	215	ТТК № 414	75,02
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38	С6.2004 № 518	34,34
Компот из вишни с/м и яблук (вит.50)	200	0,23	0,11	13,46	53	ТТК № 843-50	18,61
Мандарин	111,08	0,83	0,20	7,59	41,1		39,23
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	1 001	31,60	33,04	112,54	869,86		240,74
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник							
Рыба, под шубкой (треска)	100	13,87	7,18	5,33	142	ТТК № 361	101,17
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,63
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье с начинкой "Слободское"	40	2,26	7,95	42,02	183,6	ТУ № 1512	7,94
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	585	24,67	21,98	123,22	735,73		173,27
Итого:	1 586	56,27	55,02	235,76	1 605,59		414,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

20.03.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак							
Рыба, под шубкой (треска)	100	13,87	7,18	5,33	142	ТТК № 361	101,17
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,63
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье с начинкой "Слободское"	40	2,26	7,95	42,02	183,6	ТУ № 1512	7,94
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогаченный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	585	24,67	21,98	123,22	735,73		173,27
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед							
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78	18,82
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Говядина отварная для I блюд	15	4,08	2,92	0,14	43,2	ТТК № 233	25,37
Котлеты "Сочность"	100	15,25	13,89	7,73	215	ТТК № 414	75,02
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38	С6.2004 № 518	34,34
Компот из вишни с/м и яблоч (вит.70)	200	0,23	0,11	13,46	53	ТТК № 843-70	18,72
Мандарин	110,75	0,83	0,20	7,56	40,98		39,11
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	1 001	31,60	33,04	112,51	869,74		240,73
Итого:	1 586	56,27	55,02	235,73	1 605,47		414,00
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед							
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78	18,82
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Говядина отварная для I блюд	15	4,08	2,92	0,14	43,2	ТТК № 233	25,37
Котлеты "Сочность"	100	15,25	13,89	7,73	215	ТТК № 414	75,02
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38	С6.2004 № 518	34,34
Компот из вишни с/м и яблоч (вит.70)	200	0,23	0,11	13,46	53	ТТК № 843-70	18,72
Мандарин	110,75	0,83	0,20	7,56	40,98		39,11
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	1 001	31,60	33,04	112,51	869,74		240,73
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник							
Рыба, под шубкой (треска)	100	13,87	7,18	5,33	142	ТТК № 361	101,17
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,63
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье с начинкой "Слободское"	40	2,26	7,95	42,02	183,6	ТУ № 1512	7,94
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	585	24,67	21,98	123,22	735,73		173,27
Итого:	1 586	56,27	55,02	235,73	1 605,47		414,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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