



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 20" (ул.
Голосова, 83)
Солодовникова Оксана

МЕНЮ

на 26.01.2021

МБУ "Школа № 20" (ул. Голосова, 83)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Завтрак								
Таб. №24/96	10181	Десерт фруктовый (мандарин)	75	11,00	0,60	0,15	5,63	26,27
393/97	146	Сосиска отварная	50	31,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96	15763	Спагетти отварные	150	10,00	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96	10781	Чай с сахаром	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92
пп	17037	Хлеб Городской	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:				57,00	15,06	18,59	70,34	508,87

Обед

110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	13,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	12870	Плов из мяса	50/150	52,00	14,44	31,40	39,32	497,64
628/96	10781	Чай с сахаром	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ТТК	18094	Хлеб Городской	40	4,00	2,80	0,44	17,32	84,44
Итого:				71,00	19,70	36,10	81,13	728,26

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
Холодные блюда								
Таб. №24/96	5770	Десерт фруктовый (груша)	50	0,20	0,15	5,15	22,75	
Таб. №24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин)	70	0,63	0,14	5,67	26,46	
29/96	7084	Салат из свеклы с сыром и чесноком	40	2,14	5,94	3,18	74,74	
№57,59/97	12522	Салат картофельный с солёными огурцами	60	1,10	6,16	5,89	83,40	
69/97	16025	Салат из редьки и моркови с соусом	50	1,11	3,85	4,05	55,30	
Первые блюда								
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26	
Вторые блюда								
393/97	146	Сосиска отварная	50	5,61	12,19	0,20	132,95	
ТТК	1120	Котлета Пожарская из цыплят	55	13,60	18,17	13,00	269,93	
416/96	5000	Котлета рубленая из говядины с соусом	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66	
376/96	13046	Поджарка из филе цыплят	30/7,5	6,56	9,11	6,92	135,91	
Гарниры и соусы								
ТТК	15260	Каша перловая с овощами	150	3,65	15,41	25,18	254,04	
469/96	15763	Спагетти отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84	
302/04	5017	Каша пшеничная вязкая	150	4,22	4,10	24,76	152,82	
Третьи блюда								
628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92	
Хлеб								
пп	17038	Хлеб Городской	50	3,50	0,55	21,65	105,55	
Мучные изделия								
ТТК	3147	Булочка Золотистая	50	4,18	4,19	30,19	175,19	
ТТК	18166	Булочка Новинка	50	4,11	1,30	26,64	134,68	
Итого:				80,00				

Зав. производством

Махова Н. А.

Ответственный за питание
СанПиН 2.4.5.2409-08

Махова Н. А.

Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru