



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 46"

Чубенко Л. А.

## МЕНЮ

на 05.06.2025

МБУ "Школа № 46"

### Завтрак 1

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                             | Выход | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                          |       | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| 114/96           | 20389     | Фрикадельки из говядины с соусом томатным<br>Фрикадельки из говядины / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное | 50/50 | 8,23             | 10,04 | 7,44     | 152,99 |
| 469/96           | 18751     | Спагетти (макароны) отварные<br>Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная)                                                                                                                                             | 180   | 6,72             | 7,09  | 43,08    | 263,01 |
| Таб.№24/96       | 7926      | Огурец свежий<br>Огурец свежий                                                                                                                                                                                                                                           | 70    | 0,50             | 0,07  | 1,36     | 8,07   |
| 628/96г.         | 259       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                                                                              | 200   |                  |       | 14,97    | 66,18  |
| ПП               | 12649     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб в ассортименте                                                                                                                                                                                                                                    | 20    | 1,52             | 0,16  | 9,84     | 46,88  |
| ТТК              | 20349     | Печенье Хлебный спас сдобное Полезный завтрак в асс 32гр.<br>Печенье Хлебный спас сдобное Полезный завтрак в асс 32гр.                                                                                                                                                   | 32    | 2,36             | 5,28  | 22,08    | 145,28 |

### Обед 1

| Сборник рецептов    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Выход  | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |        | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| 120/96              | 18738     | Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне<br>Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) | 250    | 11,35            | 13,26 | 9,68     | 203,45 |
| 403/96              | 20426     | Плов из свинины (свин.лопатка)<br>Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                                                                                                                    | 50/150 | 5,10             | 13,47 | 39,99    | 301,57 |
| Таб.№24/96          | 6183      | Помидор свежий<br>Помидор свежий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 70     | 0,79             | 0,14  | 2,71     | 15,26  |
| 646/96;699/200<br>4 | 1227      | Напиток из апельсинов<br>Вода / Сахар песок / Апельсины свежие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 200    | 0,20             | 0,04  | 25,73    | 104,08 |
| ПП                  | 198       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 35     | 2,66             | 0,28  | 17,22    | 82,04  |
| ТТК                 | 20251     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 20     | 1,36             | 0,26  | 7,96     | 39,62  |
| ТТК                 | 7335      | Булочка Десертная (повидло)<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Повидло в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                                                                                                                           | 30     | 2,32             | 2,08  | 19,13    | 104,52 |

Всего: 43,11 52,16 221,19 1 532,95

Всего ХЕ: 18,43

Стоимость рациона: 179,00

Зав.производства: Чубенко Л. А.

Начальник лагеря: /  
СанПиН 2.3/2.1-8598-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru