



Согласовано:  
Директор МАФУ НОШ № 43

Е. В. Тиунова



Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

## МЕНЮ

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>НТ ШУ №43 Комплекс ДОВЗ 1-4 класс 141,82</b>						
0,07	7,80	0,10	70,90	808	Бутерброды с маслом сливочным	40
6,43	3,52	32,03	178,52	851	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200
0,43	0,35	16,10	68,15	692	Кофейный напиток	200
2,51	1,75	4,40	43,69	935	Йогурт порционный	125
0,48	0,06	1,56	8,40	836	Огурцы порционнo	60
0,22	0,24	1,63	9,55	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной*	200
8,38	22,32	0,72	237,52	970	Колбасные изделия отварные	90
5,75	4,68	34,93	204,93	1002	Макаронные изделия отварные	150
0,36	1,73	26,61	108,20	928	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
<b>28,76</b>	<b>43,03</b>	<b>145,90</b>	<b>1063,36</b>			
<b>НТ ШУ №43 Обед 1-4 класс 79,64</b>						
0,48	0,06	1,56	8,40	836	Огурцы порционнo	60
0,22	0,24	1,63	9,55	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной*	200
8,38	22,32	0,72	237,52	970	Колбасные изделия отварные	90
5,75	4,68	34,93	204,93	1002	Макаронные изделия отварные	150
0,36	1,73	26,61	108,20	928	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
<b>19,32</b>	<b>29,61</b>	<b>93,27</b>	<b>702,10</b>			

Технолог:



Согласовано:  
 Директор МАОУ НОШ № 43  
 Е. В. Тиунова



Утверждаю:  
 Директор  
 "Комбината общественного питания"  
 О.Ю. Козырева

### МЕНЮ

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>НТ ШУ №43 Комплекс ДОВЗ 1-4 класс 141,82</b>						
1,69	14,78	27,31	246,00	816	Бутерброды с джемом или повидлом	
4,66	12,07	27,23	238,57	989	Запеканка творожно-морковная*	40
1,42	1,00	11,04	59,00	902	Сгущенное молоко	150
0	0	13,57	54,26	686	Чай с лимоном*	20
0,66	0,12	2,28	14,40	835	Помидоры порционнно	200
2,32	2,40	16,46	96,90	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями	60
28,73	15,95	3,29	272,15	1167	Птица, тушеная в соусе красном основном	200
3,79	4,63	39,68	215,54	333	Рис припущенный	130
0,20	0,02	17,02	69,14	932	Компот из кураги с витамином С	150
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	200
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
<b>47,60</b>	<b>51,55</b>	<b>185,70</b>	<b>1399,46</b>			
<b>НТ ШУ №43 Обед 1-4 класс 79,64</b>						
0,66	0,12	2,28	14,40	835	Помидоры порционнно	
2,32	2,40	16,46	96,90	1050	Суп картофельный с макаронными изделиями	60
28,73	15,95	3,29	272,15	1167	Птица, тушеная в соусе красном основном	200
3,79	4,63	39,68	215,54	333	Рис припущенный	130
0,20	0,02	17,02	69,14	932	Компот из кураги с витамином С	150
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	200
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
<b>39,83</b>	<b>23,70</b>	<b>106,55</b>	<b>801,63</b>			

Технолог:

*С.С.*



Согласовано:  
 Директор МАБУ НОШ № 43

Е. В. Тиунова

Утверждаю,  
 Директор  
 ООО «Комбинат общественного питания»  
 Ю. Козырева

## МЕНЮ

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>НТ ШУ №43 Комплекс ДОВЗ 1-4 класс 141,82</b>						
5,41	7,68	9,87	131,30	10	Бутерброд горячий с сыром	
6,37	7,70	0,38	96,23	972	Омлет натуральный.	40
0	0	11,18	44,69	854	Чай с молоком	100
0,48	0,06	1,56	8,40	836	Огурцы порционно	200
1,82	4,30	13,54	100,76	1030	Рассольник ленинградский* со сметаной	60
0,52	5,39	3,02	62,92	1065	Тефтели 1 вариант	200
3,54	4,91	15,33	121,87	534	Капуста тушеная	130
0,72	3,46	29,26	120,14	929	Компот из изюма с витамином С	150
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	200
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
<b>22,99</b>	<b>34,08</b>	<b>111,96</b>	<b>819,81</b>			<b>30</b>
<b>НТ ШУ №43 Обед 1-4 класс 79,64</b>						
0,48	0,06	1,56	8,40	836	Огурцы порционно	
1,82	4,30	13,54	100,76	1030	Рассольник ленинградский* со сметаной	60
0,52	5,39	3,02	62,92	1065	Тефтели 1 вариант	200
3,54	4,91	15,33	121,87	534	Капуста тушеная	130
0,72	3,46	29,26	120,14	929	Компот из изюма с витамином С	150
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	200
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
<b>11,21</b>	<b>18,70</b>	<b>90,53</b>	<b>547,59</b>			<b>30</b>

Технолог:

*С.С.*



Согласовано  
Директор МАОУ НОШ № 43

Е. В. Тиунова



Утверждаю,  
Директор  
ООО «Комбинат общественного питания»  
Ю. Козырева

## МЕНЮ

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>НТ ШУ №43 Комплекс ДОВЗ 1-4 класс 141,82</b>						
2,75	5,22	16,66	125,09	965	Биточки рубленые из птицы паровые	90
5,75	4,68	34,93	204,93	1002	Макаронные изделия отварные	150
0,43	0,35	16,10	68,15	692	Кофейный напиток	200
0,15	0,02	0,98	4,70	897	Хлеб пшеничный	20
0,40	0,40	9,80	47,00	976	Яблоки	100
0,66	0,12	2,28	14,40	835	Помидоры порционно	60
1,47	4,59	8,29	80,75	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной*	200
9,43	4,50	4,28	96,12	1070	Рыба, тушеная в томате с овощами	100
2,52	3,28	24,57	139,52	995	Пюре картофельное	150
0	0	8,98	35,91	411	Чай с сахаром	200
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
<b>27,69</b>	<b>23,74</b>	<b>154,69</b>	<b>950,07</b>			
<b>НТ ШУ №43 Обед 1-4 класс 79,64</b>						
0,66	0,12	2,28	14,40	835	Помидоры порционно	60
1,47	4,59	8,29	80,75	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной*	200
9,43	4,50	4,28	96,12	1070	Рыба, тушеная в томате с овощами	100
2,52	3,28	24,57	139,52	995	Пюре картофельное	150
0	0	8,98	35,91	411	Чай с сахаром	200
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	30
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
<b>18,21</b>	<b>13,07</b>	<b>76,22</b>	<b>500,20</b>			

Технолог:



Согласовано  
Директор МАОУ НОШ № 43

Е. В. Тиунова



Утверждаю,  
Директор  
Ю. Козырева

## МЕНЮ

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г
<b>НТ ШУ №43 Комплекс ДОВЗ 1-4 класс 141,82</b>						
0,07	7,80	0,10	70,90	808	Бутерброды с маслом сливочным	
17,77	19,04	11,21	211,21	314	Голубцы мясные ленивые в сметанном соусе	40
0	0	7,98	31,92	927	Чай с сахаром*	165
0,15	0,02	0,98	4,70	897	Хлеб пшеничный	200
1,14	5,34	4,62	71,40	813	Икра кабачковая пром.производства	20
4,33	4,38	17,23	126,22	1034	Суп картофельный с бобовыми	60
2,59	1,57	23,03	118,29	1170	Печень тушеная с овощами	200
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок с витамином С	200
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	200
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
0,40	0,40	9,80	47,00	976	Яблоки	30
<b>30,34</b>	<b>38,89</b>	<b>116,85</b>	<b>867,24</b>			<b>100</b>
<b>НТ ШУ №43 Обед 1-4 класс 79,64</b>						
1,14	5,34	4,62	71,40	813	Икра кабачковая пром.производства	
4,33	4,38	17,23	126,22	1034	Суп картофельный с бобовыми	60
2,59	1,57	23,03	118,29	1170	Печень тушеная с овощами	200
0,16	0,16	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок с витамином С	200
1,76	0,28	13,33	63,00	1147	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	200
2,37	0,30	14,49	70,50	894	Хлеб пшеничный из муки 1с обогащенный витаминами и минералами	30
0,40	0,40	9,80	47,00	976	Яблоки	30
<b>12,35</b>	<b>12,03</b>	<b>96,58</b>	<b>548,51</b>			<b>100</b>

Технолог:

*AM*