

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)  
22.09.2022

№ 12 от 09 2022 г.

Согласовано:

Директор МБОУ (АУ)

2022 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
<b>Завтрак для 1-4 классов (152,05)</b>							
70/2007	Огурцы свежие	20	0,16	0,02	0,50	2,80	нет
234/2015	Биточки рыбные из минтая с маслом (масло растительное, масло сливочное, минтай с/м, соль, хлеб пшеничный)	100	11,71	11,64	14,40	210,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>19,27</b>	<b>17,53</b>	<b>83,25</b>	<b>572,45</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (223,97)</b>							
70/2007	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,20	нет
234/2015	Биточки рыбные из минтая с маслом (масло растительное, масло сливочное, минтай с/м, соль, хлеб пшеничный)	110	13,00	12,46	15,98	229,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,80	0,40	19,32	84,00	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>22,48</b>	<b>19,39</b>	<b>94,00</b>	<b>643,80</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (228,10)</b>							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	60	1,08	3,76	6,09	62,88	нет
89/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
220/2003	Чахохбили (кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, цыпленок бройлеры с/м, соль, томатная паста)	150	24,80	13,98	8,73	259,15	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,17	0,04	17,80	73,90	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>38,37</b>	<b>29,01</b>	<b>97,57</b>	<b>614,88</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (245,89)</b>							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	100	1,80	6,26	10,16	104,81	нет
89/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
220/2003	Чахохбили (кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, цыпленок бройлеры с/м, соль, томатная паста)	175	28,70	16,31	10,19	302,34	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,17	0,04	17,80	73,90	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>48,90</b>	<b>35,28</b>	<b>124,03</b>	<b>1 011,64</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (49,78)</b>							
284/2001	Булочка Российская (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	6,98	9,21	60,98	354,97	выпекание
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>13,52</b>	<b>14,21</b>	<b>94,58</b>	<b>560,97</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (49,78)</b>							
284/2001	Булочка Российская (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	275	6,98	9,21	60,98	354,97	выпекание
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>17,01</b>	<b>19,45</b>	<b>125,07</b>	<b>744,18</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокинина

Я.А. Боговид