

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О)
26.09.2022

21.09 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	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
622/1999	Кукуруза консервированная	20	0,7	0,30	4,00	22,00	кипячение
295/2007	Котлеты рубленые из птицы с маслом (масло растительное, масло сливочное, соль, филе филе цыпленка куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	95	13,73	21,56	13,86	304,90	запекание
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	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
	Итого:		24,27	27,44	92,21	717,65	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
622/1999	Кукуруза консервированная	38	1,05	0,45	6,00	33,00	прогревание
295/2015	Котлеты рубленые из птицы с маслом (масло растительное, масло сливочное, соль, филе филе цыпленка куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	15,30	27,40	15,46	370,00	запекание
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	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	94,00	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		1,05	34,40	105,93	851,04	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
67/2015	Винегрет овощной (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	60	0,84	6,02	4,37	75,06	варка
98/2007	Суп Крестьянский (капуста свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,48	4,92	6,09	76,25	варка
312 ЕСТН 2021г	Рыба, запеченная с картофелем по-русски (картофель свежий, кислота лимонная, масло растительное, масло сливочное, минтай с/м, мука пшеничная высшего сорта, соль, хлеб пшеничный)	200	13,39	6,03	20,10	188,63	запекание
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,44	0,02	26,78	107,10	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		21,14	17,76	87,51	595,69	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
67/2015	Винегрет овощной (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка
98/2007	Суп Крестьянский (капуста свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,48	4,92	6,09	76,25	варка
312 ЕСТН 2021г	Рыба, запеченная с картофелем по-русски (картофель свежий, кислота лимонная, масло растительное, масло сливочное, минтай с/м, мука пшеничная высшего сорта, соль, хлеб пшеничный)	250	16,74	7,54	25,13	235,79	запекание
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,44	0,02	26,78	107,10	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,96	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		27,86	23,82	111,10	771,04	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
ТТК	Ватрушка с вишней (вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	6,04	3,36	52,79	263,84	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		7,04	3,36	75,19	353,84	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
ТТК	Ватрушка с вишней (вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	9,05	5,10	79,09	395,78	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		10,05	5,10	101,49	485,78	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокина

Я.А. Боговид