



Утверждено:  
 Начальник отдела  
 общественного питания

Н.А. Ушакова

**Меню (О)**

09.01.2023

2023 г.

2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основно-й тепловой
<b>Завтрак для 1-4 классов (152.05)</b>							
522/1999	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	20	0,60		1,20	7,00	прогревание
295/2015	<b>Котлеты рубленые из птицы с маслом</b> (масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	95	13,73	21,66	13,88	304,80	выпекание
309/2015	<b>Макаронные изделия отварные</b> (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
377/2007	<b>Чай с лимоном</b> (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	2,37	0,33	14,40	70,50	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>24,17</b>	<b>27,14</b>	<b>66,41</b>	<b>702,65</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (223.97)</b>							
522/1999	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	30	0,93	0,06	1,95	12,00	прогревание
295/2015	<b>Котлеты рубленые из птицы с маслом</b> (масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	15,30	27,40	15,46	370,00	выпекание
309/2015	<b>Макаронные изделия отварные</b> (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
377/2007	<b>Чай с лимоном</b> (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/20	3,80	0,40	19,32	94,00	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>25,40</b>	<b>34,01</b>	<b>101,88</b>	<b>830,04</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (228.10)</b>							
45/2007	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	60	0,79	1,95	3,88	36,24	нет
102/2007	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> (горох лущенный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	5,49	5,27	16,53	148,25	варка
288/2017	<b>Птица отварная к первому блюду</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
239/2003	<b>Тефтели рыбные из минтая</b> (лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	165	3,72	13,44	17,20	224,72	тушение
310/2015	<b>Картофель отварной</b> (картофель свежий, масло сливочное, соль)	150	2,86	4,32	23,01	142,35	варка
387/2003	<b>Компот из клубники свежемороженой с вит. С</b> (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,17	0,04	17,80	73,90	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>21,14</b>	<b>28,04</b>	<b>108,86</b>	<b>789,15</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (245.89)</b>							
45/2007	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	100	1,31	3,25	6,47	60,40	нет
102/2007	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> (горох лущенный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	5,49	5,27	16,53	148,25	варка
288/2017	<b>Птица отварная к первому блюду</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
239/2003	<b>Тефтели рыбные из минтая</b> (лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	175	4,05	14,51	18,59	243,48	тушение
310/2015	<b>Картофель отварной</b> (картофель свежий, масло сливочное, соль)	180	3,43	5,18	27,82	170,82	варка
387/2003	<b>Компот из клубники свежемороженой с вит. С</b> (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,17	0,04	17,80	73,90	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,96	141,00	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>25,17</b>	<b>29,80</b>	<b>132,90</b>	<b>938,68</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (49.78)</b>							
ТТК	<b>Ватрушка с вишней</b> (вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	6,04	3,36	52,70	263,84	выпекание
389/2015	<b>Сок в ассортименте</b>	200			22,40	90,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>6,04</b>	<b>3,36</b>	<b>75,10</b>	<b>353,84</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (49.78)</b>							
ТТК	<b>Ватрушка с вишней</b> (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	<b>Сок в ассортименте</b>	200			22,40	90,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>9,05</b>	<b>5,10</b>	<b>101,49</b>	<b>485,78</b>	

**Приятного аппетита!**

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сороквинова  
  
 К.А. Федорова