

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О)  
21.01.2023

"10" 2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ(ОУ)

2023 г.



№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	ГМО и БАД не используются					Основной тепловой
		Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	
<b>Завтрак для 1-4 классов (152.05)</b>							
3/2007	<b>Бутерброд с сыром</b> (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	1/50	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
396/2007	<b>Блины</b> (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)	180	8,40	6,03	55,53	309,86	выпекание
0	<b>Повидло</b>	20	0,08	0,02	13,00	50,00	нет
376/2015	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весовой черной)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1084/2019	<b>Клубника быстрозамороженная с сиропом</b> (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,30	0,08	24,39	102,32	нет
	<b>Итого:</b>		<b>14,61</b>	<b>15,56</b>	<b>123,37</b>	<b>692,77</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (223.97)</b>							
3/2007	<b>Бутерброд с сыром</b> (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	1/50	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
396/2007	<b>Блины</b> (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)	200	11,20	8,04	74,04	413,17	выпекание
0	<b>Повидло</b>	30	0,12	0,03	19,50	75,00	нет
376/2015	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весовой черной)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1084/2019	<b>Клубника быстрозамороженная с сиропом</b> (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,30	0,08	24,39	102,32	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	1,80	0,20	9,66	47,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>19,25</b>	<b>17,79</b>	<b>155,04</b>	<b>869,09</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (228.10)</b>							
40/2003	<b>Салат витаминный с маслом растительным</b> (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	60	0,19	3,07	5,16	49,51	нет
103/2007	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b> (картофель свежий, пшеничный лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	250	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
230/2015	<b>Минтай жареный с маслом</b> (масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтая с/к с/м)	100	2,52	17,63	3,85	218,96	запекание
127/2015	<b>Картофель в молоке</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,29	5,78	16,00	135,00	варка
366/2016	<b>Кисель из кураги с вит. С</b> (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>19,10</b>	<b>30,70</b>	<b>105,89</b>	<b>862,95</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (245.89)</b>							
40/2003	<b>Салат витаминный с маслом растительным</b> (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	100	0,32	5,11	8,60	82,51	нет
103/2007	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b> (картофель свежий, пшеничный лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	250	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
230/2015	<b>Минтай жареный с маслом</b> (масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтая с/к с/м)	110	15,28	14,80	4,40	212,00	запекание
127/2015	<b>Картофель в молоке</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,92	6,93	19,21	162,00	варка
366/2016	<b>Кисель из кураги с вит. С</b> (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет
	<b>Итого:</b>		<b>34,60</b>	<b>31,36</b>	<b>130,43</b>	<b>1.004,84</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (49.78)</b>							
406/2007/714/1998	<b>Пирожки печеные с печенью и луком</b> (дрожжи сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	100	14,60	7,60	85,74	271,98	выпекание
396/2007	<b>Кефир</b>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>20,40</b>	<b>14,20</b>	<b>43,74</b>	<b>389,98</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (49.78)</b>							
406/2007/714/1998	<b>Пирожки печеные с печенью и луком</b> (дрожжи сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	19,56	10,48	62,32	422,2	выпекание
396/2007	<b>Кефир</b>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>25,36</b>	<b>16,88</b>	<b>70,32</b>	<b>540,20</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

В.В. Сорокикова

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

К.А. Федорова

Заведующий производством: