

ст. 609 ВБС с/сн 27

(организация)  
(структурное подразделение)

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)  
28.01.2023

17.01 2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ

С.В. Сорокина

18.01 2023 г.



ГЮ и БАД не используются

№ Блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
<b>Завтрак для 1-4 классов (152.05)</b>							
522/1998	Кукуруза консервированная	20	0,70	0,30	4,00	22,00	кипячение
178/2003	Оладьи из печени по-кунцевски с маслом (масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль)	95	14,06	17,55	20,47	297,20	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 (лимоны, 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>22,16</b>	<b>23,72</b>	<b>92,92</b>	<b>678,85</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (223.97)</b>							
522/1998	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	6,00	33,00	прогревание
178/2003	Оладьи из печени по-кунцевски с маслом (масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль)	110	15,65	23,17	22,78	363,47	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, 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	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>25,94</b>	<b>30,52</b>	<b>106,05</b>	<b>607,07</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	1,05	3,71	5,55	59,70	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Φ	Сметана к первому блюду						
241/2007	Говядина отварная к первому блюду (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
291/2007	Плов из птицы (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	200	17,06	16,09	41,06	352,00	варка
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
	<b>Итого:</b>		<b>28,83</b>	<b>29,27</b>	<b>116,04</b>	<b>822,21</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	1,75	6,18	9,25	99,50	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,96	107,25	варка
Φ	Сметана к первому блюду						
241/2007	Говядина отварная к первому блюду (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
291/2007	Плов из птицы (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	275	26,88	19,07	54,74	500,88	варка
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	26,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>41,96</b>	<b>35,25</b>	<b>149,07</b>	<b>1 089,04</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (49.78)</b>							
406/2007/31	Пирожки печеные с капустой и луком (пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	4,91	6,49	33,01	210,07	выпекание
2/2001	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
386/2007	<b>Итого:</b>		<b>11,45</b>	<b>11,49</b>	<b>66,61</b>	<b>416,07</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (49.78)</b>							
406/405/1/2	Пирожки печеные с капустой и луком (пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	7,50	5,40	41,55	244,83	выпекание
2/2001	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,80	206,00	нет
386/2007	<b>Итого:</b>		<b>14,04</b>	<b>10,40</b>	<b>75,15</b>	<b>450,83</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерия:

Заведующий производством:

С.В. Сорокина  
В.В. Сорокина  
К.А. Федорова