

Утверждено:  
 Начальник отдела  
 общественного питания

Н.А. Ушкова

Меню (О)  
 01.02.2023

23.01.2023 г.

Согласовано:  
 Директор МБОУ  
 01.02.2023 г.

№ 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>							
1/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	140	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b> (крупа манная, масло сливочное, молоко сгущенное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	150	23,26	17,05	37,05	394,56	запекание
376/2018	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2018	<b>Мандарины свежие</b>	100	0,60	0,20	7,50	38,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>26,49</b>	<b>24,76</b>	<b>74,44</b>	<b>626,56</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (223.97)</b>							
1/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	140	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b> (крупа манная, масло сливочное, молоко сгущенное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	32,05	23,09	45,55	517,96	запекание
376/2018	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2018	<b>Мандарины свежие</b>	100	0,60	0,20	7,50	38,00	нет
ГОСТ 31806-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	1,80	0,20	9,66	47,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>37,00</b>	<b>31,00</b>	<b>92,60</b>	<b>798,96</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (228.10)</b>							
21/2001/1/4	<b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b> (масло растительное, овощи консервированные, свекла, соль)	60	0,85	3,62	8,77	51,00	варка
102/2007	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> (варок пшеничный 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 окорка куриное с/м б/к)	10	2,70	1,05	0,03	21,22	варка
271/2018	<b>Котлеты домашние с маслом</b> (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мясо б/к с/м, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)	95	12,22	19,11	9,16	256,90	запекание
186/2021 Пермь	<b>Овощи отварные</b> (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	50	2,65	1,40	1,72	30,47	варка
305/2007	<b>Рис припущенный</b> (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,47	3,24	25,93	142,73	варка
ТИ 409/2006	<b>Компот из плодов свежемороженых с вит. С</b> (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	0,20	0,08	16,44	68,70	варка
ГОСТ 31806-2018	<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>33,00</b>	<b>34,85</b>	<b>112,15</b>	<b>910,82</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (245.89)</b>							
21/2001/1/4	<b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b> (масло растительное, овощи консервированные, свекла, соль)	100	1,42	6,03	6,28	85,00	варка
102/2007	<b>Суп картофельный с бобовыми</b> (варок пшеничный 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 окорка куриное с/м б/к)	10	2,70	1,05	0,03	21,22	варка
271/2018	<b>Котлеты домашние с маслом</b> (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мясо б/к с/м, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)	110	13,82	24,46	10,24	314,78	запекание
186/2021 Пермь	<b>Овощи отварные</b> (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	80	4,24	2,24	2,75	48,75	варка
305/2007	<b>Рис припущенный</b> (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,47	3,24	25,93	142,73	варка
ТИ 409/2006	<b>Компот из плодов свежемороженых с вит. С</b> (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	0,20	0,08	16,44	68,70	варка
ГОСТ 31806-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	2/30	3,68	0,72	23,94	139,20	нет
	<b>Итого:</b>		<b>38,54</b>	<b>43,77</b>	<b>131,12</b>	<b>1109,63</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (49.78)</b>							
406/467/2 015	<b>Пирожки печеные с картофелем и луком</b> (пирожки сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	5,00	4,46	33,61	194,60	выпекание
385/2007	<b>Молоко кипяченое</b>	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	<b>Итого:</b>		<b>10,80</b>	<b>9,46</b>	<b>43,21</b>	<b>301,60</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (49.78)</b>							
406/467/2 015	<b>Пирожки печеные с картофелем и луком</b> (пирожки сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/76	7,50	6,69	50,40	291,90	выпекание
385/2007	<b>Молоко кипяченое</b>	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	<b>Итого:</b>		<b>13,30</b>	<b>11,69</b>	<b>60,00</b>	<b>398,90</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокикова

К.А. Федорова