

Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания
 Н.А. Ушакова
 23 09 2023 г.

Меню (О)
 02.02.2023

Согласовано:
 Директор МБОУ(ОУ)
 [Подпись]
 01 01 2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
582/1896	Огурцы консервированные	20			0,80	2,40	нет
	Тестели рыбные из минтая						
239/2003	(лаверовый 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	18,44	17,20	224,72	тушение
312/2007	Пюре картофельное	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
	(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)						
377/2007	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	(лимоны, сахар, чай весовой черный)						
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,48	70,50	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		11,12	19,31	66,18	586,77	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
522/1896	Огурцы консервированные	30	0,24	0,03	0,51	3,90	нет
	Тестели рыбные из минтая						
239/2003	(лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, молоко, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	176	4,63	15,15	19,53	255,48	тушение
312/2007	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
	(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)						
377/2007	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	(лимоны, сахар, чай весовой черный)						
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	2/29	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		14,11	22,08	97,31	688,98	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
24/2003	Салат Мазайка	80	0,86	5,15	5,57	72,15	варка
	(картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)						
98/2007	Суп из овощей	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
	(горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)						
☉	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечка
241/2007	Говядина отварная к первому блюду	10	3,02	2,59	0,06	35,61	варка
	(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)						
220/2003	Чахохбили	150	24,60	13,98	8,73	259,15	тушение
	(кислота лимонная, лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, окорок куриный с/м, соль, томатная паста)						
309/2015	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
	(макаронные изделия, масло сливочное, соль)						
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С	200	0,44	0,02	26,78	107,10	варка
	(кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, сухофрукты)						
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		41,28	33,01	107,35	898,26	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
24/2003	Салат Мазайка	100	1,43	8,58	9,29	120,22	варка
	(картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)						
98/2007	Суп из овощей	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
	(горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)						
☉	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечка
241/2007	Говядина отварная к первому блюду	10	3,02	2,59	0,06	35,61	варка
	(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)						
220/2003	Чахохбили	175	28,70	15,31	10,19	302,34	тушение
	(кислота лимонная, лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, цыпленок с/м, соль, томатная паста)						
309/2015	Макаронные изделия отварные	180	5,51	5,41	31,73	202,14	варка
	(макаронные изделия, масло сливочное, соль)						
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С	200	0,44	0,02	26,78	107,10	варка
	(кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, сухофрукты)						
ГОСТ 31806-2018	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
	Итого:		49,65	40,20	133,46	1 101,37	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
406/470	Пирожки печеные с яблоками	100	3,98	2,28	47,20	226,20	выпечка
	(пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, лимонный порошок)						
388/2007	Кефир	200	5,80	5,40	8,00	118,00	нет
	Итого:		9,78	7,68	55,20	344,20	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
406/470/2	Пирожки печеные с яблоками	2/75	5,97	3,42	70,60	337,80	выпечка
016	(пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, лимонный порошок)						
388/2007	Кефир	200	5,80	5,40	8,00	118,00	нет
	Итого:		11,77	8,82	78,60	455,80	

Приятного аппетита!

Инспектор-методолог: _____
 Ведущий специалист отдела бухгалтерии: _____
 Заведующий производством: _____

[Подписи]
 В.В. Сорокинова
 К.А. Федорова