



Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания
 Н.А. Ушакова
 25. 02. 2023 г.

**Меню (О,А,Р)
 03.02.2023**

Согласовано:
 Директор МБОУ(А)У
 03.02.2023 г.

№ блюда по Справочнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основно-й тепловой	ГМО и БАД не используются	
								Единица измерения	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)									
522/1999	Кукуруза консервированная	20	0,70	0,30	4,00	22,00	кипячение		
287/2007	Фрикадельки из птицы с маслом (масло сливочное, соль, филе окорочка куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	95	12,32	15,50	7,24	218,40	варка		
305/2007	Рис с овощами (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, морковь, соль, томатная паста)	180	3,57	12,85	35,23	271,27	варка		
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай вёсовой чёрный)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	варка		
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	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		
	Итого:		22,83	31,13	86,84	724,07			
Завтрак для 5-11 классов (223.97)									
522/1999	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	6,00	33,00	прогревание		
287/2007	Фрикадельки из птицы с маслом (масло сливочное, соль, филе окорочка куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	13,72	20,44	8,10	272,00	варка		
450/2003	Рис с овощами (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, морковь, соль, томатная паста)	180	4,29	15,43	42,28	325,53	варка		
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай вёсовой чёрный)	200	1,54	1,63	9,36	58,00	варка		
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	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		
	Итого:		28,53	38,67	101,88	886,43			
Обед для 1-4 классов (228.10)									
67/2015	Винегрет овощной (горошек зелёный консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	90	0,84	6,02	4,37	75,06	варка		
68/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка		
	• Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение		
241/2007	Говядина отварная к первому блюду (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	3,02	2,59	0,06	35,61	варка		
406/14	Сердце в соусе (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	160	23,41	6,29	8,18	172,34	тушение		
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	160	8,60	6,08	38,64	243,75	варка		
384/2003	Компот из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	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		
	Итого:		42,89	27,71	104,73	833,11			
Обед для 5-11 классов (245.89)									
67/2015	Винегрет овощной (горошек зелёный консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка		
68/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка		
	• Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение		
241/2007	Говядина отварная к первому блюду (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	3,02	2,59	0,06	35,61	варка		
406/14	Сердце в соусе (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	175	31,28	8,26	6,45	219,84	тушение		
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка		
384/2003	Компот из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка		
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет		
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет		
	Итого:		55,64	35,48	132,30	1 087,35			
Полдник для 1-4 классов (49.78)									
479 опр	Булочка Абрикосинка (орожки сухие, курага, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	8,42	12,50	62,76	394,00	выпекание		
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,80	206,00	нет		
	Итого:		14,96	17,50	96,56	600,00			
Полдник для 5-11 классов (49.78)									
479 опр	Булочка Абрикосинка (орожки сухие, курага, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	150	10,62	17,16	93,86	573,58	выпекание		
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,80	206,00	нет		
	Итого:		17,16	22,16	127,66	779,58			

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____
 Ведущий специалист отдела бухгалтерии: _____
 Заведующий производством: _____

Сопут. В.В. Соросникова
 КА Федорова