

Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О)
 04.02.2023

23.04 2023 г.

Согласовано:
 Директор МБОУ



2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ГМО и БАД не используются	
						Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	150	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
396/2007	Блины (блинчики сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)	150	8,40	8,03	55,53	309,88	выпекание
Ф	Повидло	20	0,08	0,02	13,00	50,00	нет
378/2015	Чай с сахаром (сахар, чай листового черного)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2015	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,30	0,08	24,39	102,32	нет
	Итого:		14,61	15,58	123,37	692,77	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	150	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
396/2007	Блины (блинчики сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)	200	11,20	8,04	74,04	413,17	выпекание
Ф	Повидло	30	0,12	0,03	19,50	75,00	нет
378/2015	Чай с сахаром (сахар, чай листового черного)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2015	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,30	0,08	24,39	102,32	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	20	1,80	0,20	9,86	47,00	нет
	Итого:		19,25	17,79	158,04	868,09	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
17/2003	Салат Бурячок (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	66	0,96	5,09	4,73	68,00	варка
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	250	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
288/2017	Птица отварная к первому блюду (лук репчатый, соль, филе окорока куриное с/м б/к)	10	2,70	1,05	0,03	21,22	варка
239/2016	Минтай жареный с маслом (масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтай с/к с/м)	100	2,52	17,63	3,85	218,96	запекание
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,29	5,78	16,80	135,00	варка
389/2015	Кисель из кураги с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	220	2,96	0,63	16,89	85,80	нет
	Итого:		19,46	33,53	108,41	887,62	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
17/2003	Салат Бурячок (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,80	8,48	7,88	118,33	варка
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	250	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
288/2017	Птица отварная к первому блюду (лук репчатый, соль, филе окорока куриное с/м б/к)	10	2,70	1,05	0,03	21,22	варка
239/2015	Минтай жареный с маслом (масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтай с/к с/м)	110	15,28	14,80	4,40	212,00	запекание
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	160	3,92	6,93	19,21	162,80	варка
389/2015	Кисель из кураги с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет
	Итого:		35,47	35,55	129,96	1041,65	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
266/2007 714/1996	Пирожки печеные с печенью и луком (блинчики сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, дрожжи)	100	14,80	7,80	35,74	271,98	выпекание
ТИ 409/2006	Компот из плодов свежемороженных (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
	Итого:		15,80	7,80	67,50	441,98	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
406/2007 714/1996	Пирожки печеные с печенью и луком (блинчики сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, дрожжи)	275	19,56	10,48	62,32	422,2	выпекание
ТИ 409/2006	Компот из плодов свежемороженных (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
	Итого:		20,56	10,48	94,08	592,20	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорочикова

 К.А. Федорова