

*Атласова Е.И. и др.*  
(структурное подразделение)

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания  
*Н.А. Ушакова*  
10.02.2023 г.

Меню (О)  
16.02.2023

Согласовано:  
Директор МБОУ(АУ)  
*В.В. Сорокин*  
16.02.2023 г.



№ блюда по сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
<b>Завтрак для 1-4 классов (152.05)</b>							
150/2021	Икра кабачковая	20					нет
234/2016	Биточки рыбные из минтая с маслом (масло растительное, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	100	11,71	11,64	14,40	210,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весовой черный)	200	1,54	1,63	9,38	56,00	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	20	2,37	0,33	14,40	70,50	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>20,52</b>	<b>19,12</b>	<b>76,91</b>	<b>563,65</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (223.97)</b>							
150/2021	Икра кабачковая	30					нет
234/2016	Биточки рыбные из минтая с маслом (масло растительное, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	110	13,00	12,46	15,98	229,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	190	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весовой черный)	200	1,54	1,63	9,38	56,00	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	220	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>23,65</b>	<b>20,97</b>	<b>97,41</b>	<b>633,60</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (228.10)</b>							
42/2016	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
99/2007	Суп из овощей (горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,59	4,98	9,15	95,25	варка
Φ	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
288/2007	Птица отварная (лавровый лист, лук репчатый, окорочка куриные с/м, соль)	90	23,43	20,15	0,23	276,18	варка
302/2016	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное, соль)	150	4,35	7,30	30,85	206,25	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	48	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>37,66</b>	<b>38,90</b>	<b>91,38</b>	<b>870,78</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (245.89)</b>							
42/2016	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
99/2007	Суп из овощей (горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,59	4,98	9,15	95,25	варка
Φ	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
288/2007	Птица отварная (лавровый лист, лук репчатый, окорочка куриные с/м, соль)	100	29,64	16,30	0,39	268,23	варка
302/2016	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное, соль)	180	5,22	8,76	37,02	247,50	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	230	4,74	0,57	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	220	2,96	0,63	16,83	86,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>48,05</b>	<b>38,51</b>	<b>117,64</b>	<b>1012,03</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (49.78)</b>							
406/470	Пирожки печеные с яблоками (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	100	3,98	2,28	47,20	228,20	выпекание
388/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>10,52</b>	<b>7,28</b>	<b>80,80</b>	<b>434,20</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (49.78)</b>							
406/470/016	Пирожки печеные с яблоками (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	275	6,97	3,42	70,80	337,80	выпекание
388/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>13,51</b>	<b>8,42</b>	<b>104,40</b>	<b>543,80</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: \_\_\_\_\_  
Ведущий специалист отдела бухгалтерии: \_\_\_\_\_  
Заведующий производством: \_\_\_\_\_

*Сорокин В.В.*  
В.В. Сорокин  
*К.А. Федорова*  
К.А. Федорова