

Составлено

(организация)
(структурное подразделение)

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,А,Р)
22.02.2023

16.02.2023 г.

Согласовано:
Директор МБОУ
Сорокомова
2023 г.



№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	ГМО в БАД не используется			Основно й тепловой	
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
522/1999	Кукуруза консервированная	20	0,70	0,30	4,00	22,00	квашение
293/2017	Птица жареная с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)</i>	95	26,70	23,45	0,24	319,35	запекание
312/2007	Пюре картофельное <i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</i>	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
377/2007	Чай с лимоном <i>(лимоны, сахар, чай весовой черный)</i>	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,48	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		34,74	29,62	72,39	699,00	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
522/1999	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	6,00	33,00	прогревание
293/2017	Птица жареная с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)</i>	110	29,69	29,72	0,30	388,06	запекание
312/2007	Пюре картофельное <i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</i>	150	3,08	5,76	24,53	164,70	варка
377/2007	Чай с лимоном <i>(лимоны, сахар, чай весовой черный)</i>	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	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 ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		39,92	37,07	83,37	626,66	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
21/2003	Салат Здоровье <i>(огорочки зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)</i>	60	0,87	11,04	3,91	118,00	варка
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мясо б/к с/м, соль, томатная паста, личный порошок)</i>	250	6,22	11,91	16,41	197,84	варка
271/2015	Котлеты домашние с маслом <i>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мясо б/к с/м, соль, хлеб пшеничный, личный порошок)</i>	95	12,22	19,11	9,16	256,90	запекание
156/2021Перль	Овощи отварные <i>(масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)</i>	50	2,65	1,40	1,72	30,47	варка
321/2007	Капуста тушеная <i>(капуста свежая, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)</i>	100	0,35	2,92	3,30	41,01	тушение
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С <i>(вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)</i>	200	0,23	0,10	24,67	99,16	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	220	2,86	0,68	16,83	65,80	нет
	Итого:		39,62	47,93	110,76	997,10	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
21/2003	Салат Здоровье <i>(огорочки зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)</i>	100	1,45	18,40	6,52	196,67	варка
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мясо б/к с/м, соль, томатная паста, личный порошок)</i>	250	6,22	11,91	16,41	197,84	варка
271/2015	Котлеты домашние с маслом <i>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мясо б/к с/м, соль, хлеб пшеничный, личный порошок)</i>	110	13,82	24,46	10,24	314,78	запекание
156/2021Перль	Овощи отварные <i>(масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)</i>	80	4,24	2,24	2,75	48,75	варка
321/2007	Капуста тушеная <i>(капуста свежая, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)</i>	100	0,35	2,92	3,30	41,01	тушение
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С <i>(вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)</i>	200	0,23	0,10	24,67	99,16	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	230	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	230	3,68	0,72	23,94	139,20	нет
	Итого:		36,17	61,79	129,83	1 240,59	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
406/470	Пирожки печеные с яблоками <i>(дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, личный порошок)</i>	100	3,98	2,28	47,20	225,20	выпекание
388/2007	Йогурт фруктовый	200	5,80	6,40	33,6	206	нет
	Итого:		10,52	7,28	80,80	431,20	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками <i>(дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, личный порошок)</i>	275	6,54	5	70,80	337,80	выпекание
388/2007	Йогурт фруктовый	200	5,80	6,40	33,6	206	нет
	Итого:		12,31	8,42	104,40	543,80	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий проработкой:

Сорокомова
В.В. Сорокомова
К.А. Федорова