

Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания
 Н.А. Ушкова
 2023 г.

Меню (О)
 03.03.2023

Согласовано:
 Директор МБОУ(АУ)
 2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основно-е теплово-е
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
522/1999	Кукуруза консервированная	20	0,70	0,30	4,00	22,00	выпеченье
297/2007	Фрикадельки из птицы с маслом <i>(масло сливочное, соль, филе окорота куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)</i>	96	12,82	15,50	7,24	218,40	варка
309/2007	Рис с овощами <i>(крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, морковь, соль, томатная паста)</i>	150	3,57	12,86	35,23	271,27	варка
431/2003	Чай с молоком <i>(молоко, сахар, чай весовой черный)</i>	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 31805-2016	Хлеб пшеничный	30	2,97	0,32	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	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	83,00	прогревание
297/2007	Фрикадельки из птицы с маслом <i>(масло сливочное, соль, филе окорота куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)</i>	110	13,72	20,44	8,10	272,00	варка
450/2003	Рис с овощами <i>(крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, морковь, соль, томатная паста)</i>	180	4,29	15,43	42,28	325,53	варка
431/2003	Чай с молоком <i>(молоко, сахар, чай весовой черный)</i>	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 31805-2016	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:		28,53	38,87	101,58	866,43	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
57/2016	Винегрет овощной /без лука/ <i>(огорочки зеленый консервированный, картофель свежий, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)</i>	60	0,84	6,02	4,37	75,06	нет
88/2018	Щи из свежей капусты с картофелем <i>(капуста свежая, картофель, свекла, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)</i>	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
288/2017	Птица отварная <i>(лук репчатый, соль, филе окорота куриное с/м б/к)</i>	10	1,87	1,61		22,00	варка
406/14	Сердце в соусе <i>(лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)</i>	75/75	23,41	6,29	6,18	172,34	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	150	6,60	6,09	38,64	243,75	варка
342/2015	Компот из свежих яблок с вит. С <i>(кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, яблоки)</i>	200	0,10	0,10	17,43	71,65	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		41,59	28,83	106,88	823,20	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
57/2016	Винегрет овощной /без лука/ <i>(огорочки зеленый консервированный, картофель свежий, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)</i>		1,40	10,04	7,29	125,10	нет
98/2007	Суп из овощей <i>(огорочки зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</i>	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
406/14	Сердце в соусе <i>(лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)</i>	100/75	31,28	8,26	9,45	219,64	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	180	10,92	7,31	46,37	292,50	варка
342/2015	Компот из свежих яблок с вит. С <i>(кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, яблоки)</i>	200	0,10	0,10	17,43	71,65	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	230	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	220	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		62,29	32,00	135,61	1 030,94	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
479 с/р	Булочка Абрикосинка <i>(абрикос сушен, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, ванильный порошок)</i>	100	6,42	12,50	62,78	394,00	выпекание
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		14,96	17,50	96,38	600,00	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
479 с/р	Булочка Абрикосинка <i>(абрикос сушен, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, ванильный порошок)</i>	150	10,82	17,16	83,88	573,58	выпекание
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		17,16	22,16	127,48	779,58	

Приятного аппетита!

Исполнитель: _____
 Ведущий специалист отдела бухгалтерии: _____
 Заведующий производством: _____


 В.В. Сорокикова
 К.А. Федорова