

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

Меню (О)
 04.03.2023

Согласовано:
 Директор МБОУ
 2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основно й тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
15/2007	Сыр	20	4,84	5,90		72,00	нет
396/2007	Блины <i>(пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)</i>	150	10,84	8,17	57,57	348,00	выпекание
Ф	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,60	нет
376/2018	Чай с сахаром <i>(сахар, чай зеленый черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2018	Клубника быстрозамороженная с сиропом <i>(кислота лимонная, клубника с/м, сахар)</i>	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,38	14,49	70,50	нет
	Итого:		19,59	16,19	127,12	732,77	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
15/2007	Сыр	30	6,96	8,85		108,00	нет
396/2007	Блины <i>(пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)</i>	200	14,50	10,90	76,90	464,00	выпекание
Ф	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,85	96,40	нет
379/2018	Чай с сахаром <i>(сахар, чай зеленый черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2018	Клубника быстрозамороженная с сиропом <i>(кислота лимонная, клубника с/м, сахар)</i>	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	20	1,80	0,20	9,96	47,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		27,05	22,91	155,48	936,97	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
17/2003	Салат Бурячок /без лука/ <i>(горошек зеленый консервированный, масло растительное, свекла, соль, яблоки)</i>	80	0,96	5,10	4,67	88,80	нет
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)</i>	250	2,68	2,84	17,46	116,25	варка
241/2007	Говядина отварная <i>(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)</i>	10	2,00	0,98		16,80	варка
230/2018	Минтай жареный с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтай с/м с/м)</i>	100	13,76	14,05	3,97	197,40	запекание
311/2007	Картофель в молоке <i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, соль)</i>	190	3,29	6,78	16,00	135,00	варка
358/2018	Кисель из кураги с вит. С <i>(кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)</i>	200	0,89	0,06	27,78	134,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	18,83	85,80	нет
	Итого:		36,00	29,89	106,43	862,25	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
17/2003	Салат Бурячок /без лука/ <i>(горошек зеленый консервированный, масло растительное, свекла, соль, яблоки)</i>	100	1,82	8,16	7,87	111,77	нет
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)</i>	250	2,68	2,84	17,46	116,25	варка
230/2018	Минтай жареный с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтай с/м с/м)</i>	110	15,28	14,80	4,40	212,00	запекание
311/2007	Картофель в молоке <i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, соль)</i>	180	3,92	6,93	19,21	162,00	варка
358/2018	Кисель из кураги с вит. С <i>(кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)</i>	200	0,89	0,06	27,78	134,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/30	3,95	0,72	23,94	139,20	нет
	Итого:		32,75	34,18	129,62	1 019,67	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
406/2007/714/1998	Пирожки печеные с печенью и луком <i>(пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)</i>	100	14,60	7,80	35,74	271,98	выпекание
384/2003	Компот из вишни свежемороженой <i>(вишня с/м, кислота лимонная, сахар)</i>	200			14,97	56,05	варка
	Итого:		14,60	7,80	60,71	328,03	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
406/2007/714/1998	Пирожки печеные с печенью и луком <i>(пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)</i>	2/75	19,56	10,48	62,32	422,2	выпекание
384/2003	Компот из вишни свежемороженой <i>(вишня с/м, кислота лимонная, сахар)</i>	200			14,97	56,05	варка
	Итого:		19,56	10,48	77,29	478,25	

Приятного аппетита!

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

С.В. Сорокина
 К.А. Федорова