

Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания

Н.А. Ушвакова

Меню (О,А,Р)
 18.04.2023

2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ

2023 г.



№ блюда по формуле рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	ГМО и БАД не используются					Основно и тепловой
		Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
15/2007	Сыр	20	4,84	5,90		72,00	нет
18/2007	Каша молочная из манной крупы с маслом сливочным (крупа манная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	6,11	10,72	32,38	251,00	варка
378/2015	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3,17	2,68	10,95	80,85	варка
338/2015	Апельсины свежие	190	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		18,82	20,15	74,34	560,05	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
18/2007	Сыр	30	6,98	8,85		108,00	нет
258/2007	Говядина духовая (говядина с/к, картофель, свекла, лук репчатый, масло растительное, морковь, специи, соус томатный, соль, помидорная паста)	260	24,45	24,25	29,00	324,00	тушение
378/2015	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3,17	2,68	10,95	80,85	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		40,51	36,71	66,78	692,55	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
24/2003	Салат Мазайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	60	0,86	5,16	5,57	72,15	варка
82/2015	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, свекла, специи, соль, томатная паста)	250	1,80	4,92	10,93	106,75	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечка
24/2007	Говядина отварная (говядина с/к, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
378/1998	Поджарка из птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/к)	100	25,38	12,06	6,47	236,72	жаренье
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,80	6,09	38,64	243,75	варка
380/2015	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/к, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	19,00	0,05	24,53	117,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	48	3,55	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		56,85	31,62	116,75	980,72	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
24/2003	Салат Мозайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	100	1,43	8,58	9,29	120,22	варка
82/2015	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, свекла, специи, соль, томатная паста)	250	1,80	4,92	10,93	103,75	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечка
24/2007	Говядина отварная (говядина с/к, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
378/1998	Поджарка из птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/к)	125	33,46	12,71	6,61	275,42	жаренье
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
380/2015	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/к, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	24,53	117,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,85	0,65	16,83	85,80	нет
	Итого:		56,99	36,25	143,99	1164,39	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
406/487/2015	Пирожки печеные с картофелем и луком (пирожки сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи порошок)	100	6,30	3,84	40,92	222,00	выпечка
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,50	107,00	кипячение
	Итого:		12,10	8,84	50,42	329,00	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
406/487/2015	Пирожки печеные с картофелем и луком (пирожки сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи порошок)	2/75	7,50	6,69	50,40	261,00	выпечка
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,50	107,00	кипячение
	Итого:		13,30	11,69	60,00	368,00	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

С. В. Сорокина
 К. А. Федорова