

Одобрено: 27

(оригинал)

(структурное подразделение)

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О.АР)
10.04.2023

2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ

2023 г.

№ блюда по Обществу 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)							
622/1999	Кукуруза консервированная	20	0,70	0,30	4,00	22,00	кипячение
319/456/2 003	Тефтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, мясо б/х с/м, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	110	9,94	11,57	11,56	190,28	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	8,80	6,09	38,64	243,75	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай ароматный черный)	206/18/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
336/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31806- 2016	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,46	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		23,67	18,83	102,11	676,43	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
622/1999	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	6,00	33,00	прогревание
319/456/2 003	Тефтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, мясо б/х с/м, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	180	12,54	14,73	15,28	244,03	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай ароматный черный)	206/18/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
336/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31806- 2016	Хлеб пшеничный	2/20	3,80	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		29,47	23,63	120,39	816,43	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
160/2021	Икра кабачковая (икра кабачковая консервированная)	60	0,80	4,20	4,20	58,20	нет
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (борщ пшеничный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	5,49	5,27	16,53	146,25	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
	Поджарка из мяса птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе цыпленка курное с/м б/х)	100	23,41	18,81	8,06	294,58	жаренье
314/2017	Картофель жареный (картофель свежий, масло растительное, соль)	160	4,35	15,85	35,43	302,21	запекание
380/2015	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	18,00	0,05	24,53	117,00	варка
ГОСТ 31806- 2016	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		53,84	45,93	116,91	1 085,64	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
160/2021	Икра кабачковая (икра кабачковая консервированная)	100	1,00	7,00	7,00	97,00	нет
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (борщ пшеничный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	5,49	5,27	16,53	146,25	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
376/1996	Поджарка из птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе цыпленка курное с/м б/х)	125	32,19	22,23	8,06	369,04	жаренье
314/2017	Картофель жареный (картофель свежий, масло растительное, соль)	160	5,22	19,08	42,51	362,85	запекание
380/2015	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	24,53	117,00	варка
ГОСТ 31806- 2016	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,87	26,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,83	16,83	85,80	нет
	Итого:		53,82	55,96	142,44	1 331,86	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (борошки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	100	4,33	2,36	45,86	222,08	выпекание
380/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		5,33	2,36	68,26	312,08	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (борошки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	275	8,92	5,96	88,24	444,00	выпекание
380/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		9,92	5,96	110,64	534,00	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокина

К.А. Федорова