

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,А,Р)
11.04.2023

Согласовано:

Директор МБОУ

2023 г.



ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основной тип тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
18/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
327/2003	Каша молочная Дружба с маслом сливочным (крупа пшеница, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	5,97	12,06	33,53	267,34	варка
379/2016	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3,17	2,68	10,95	80,65	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31806-2016	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:	10,48	21,48	78,48	576,39		
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
18/2007	Сыр	30	6,98	8,85		108,00	нет
288/2007	Плов из говядины (говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	275	27,48	26,76	53,16	536,37	варка
379/2016	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3,17	2,68	10,95	80,65	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31806-2016	Хлеб пшеничный	220	3,80	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:	43,64	38,21	99,85	904,02		
Обед для 1-4 классов (228.10)							
38/2007	Салат Школьный /без лука/ (горошек зеленый консервированный, масло растительное, огурцы консервированные, свекла, соль)	60	0,89	5,06	3,94	65,02	нет
38/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	280	1,83	6,34	10,05	104,00	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе курицы тушки с/м)	10	1,87	1,81		22,00	варка
347/2021	Котлеты школьные с маслом (говядина с/м, масло растительное, масло сливочное, молоко, соль, филе окорока курицы с/м б/к, хлеб пшеничный)	95	16,08	17,50	13,38	277,41	запекание
308/2016	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	5,51	4,51	28,44	188,46	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой с вит. С (клубника свежемороженая, лимонная кислота с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ 31806-2016	Хлеб пшеничный	45	3,66	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:	31,68	38,99	102,06	688,58		
Обед для 5-11 классов (245.89)							
38/2007	Салат Школьный /без лука/ (горошек зеленый консервированный, масло растительное, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,48	8,48	6,57	108,85	нет
38/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	280	1,83	6,34	10,05	104,00	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе курицы тушки с/м)	10	1,87	1,81		22,00	варка
347/2021	Котлеты школьные с маслом (говядина с/м, масло растительное, масло сливочное, молоко, соль, филе окорока курицы с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	17,88	23,11	14,90	341,49	запекание
308/2016	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой с вит. С (клубника свежемороженая, лимонная кислота с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ 31806-2016	Хлеб пшеничный	230	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	230	2,66	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:	37,78	46,45	127,16	1 078,33		
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
406/487/2016	Пирожки печеные с картофелем и луком (дрожжи сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, лимонный порошок)	180	6,30	3,84	40,92	222,00	выпекание
386/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:	12,10	8,84	50,52	329,00		
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
406/487/2016	Пирожки печеные с картофелем и луком (дрожжи сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, лимонный порошок)	275	7,50	6,69	50,40	291,90	выпекание
386/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:	13,30	11,69	60,00	398,90		

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

Сорокина
В.В. Сорокина
К.А. Федорова
К.А. Федорова