

Омскское МЧДЗ (организация)
(структурное подразделение)

Согласовано:
Директор МБОУ (АУ)
Короженко
25.04 2023 г.

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания
Н.А. Ушвакова
25.04 2023 г.

Меню (О,А,Р)
02.05.2023

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Входной блюда	Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, ккал	Основной и тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
18/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
102/2007	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным <i>(крупа пшеничная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)</i>	210	7,61	11,72	37,05	285,00	варка
379/2018	Кофейный напиток с молоком <i>(кофейный напиток, молоко, сахар)</i>	200	3,17	2,88	10,95	80,65	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,80	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:		20,92	21,15	78,91	584,05	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
18/2007	Сыр	90	6,86	8,85		108,00	нет
208/2007	Жаркое по-домашнему из говядины <i>(говядина ош, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, соль, помидоры свежие)</i>	300	27,34	28,78	32,05	496,64	тушение
379/2018	Кофейный напиток с молоком <i>(кофейный напиток, молоко, сахар)</i>	200	3,17	2,88	10,95	80,65	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,80	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2018	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:		43,40	41,23	78,84	865,19	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
17/2003	Салат Бурячок /без лука/ <i>(борошки зеленый консервированный, масло растительное, свекла, соль, лимон)</i>	60	0,98	5,10	4,67	66,60	нет
102/2007	Суп картофельный с бобовыми <i>(варок луковый сухой, картофель свежий, гороховый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</i>	260	5,48	6,27	16,63	148,26	варка
241/2007	Говядина отварная <i>(говядина ош, лук репчатый, морковь, соль)</i>	10	2,00	0,98		16,80	варка
378/1996	Поджарка из птицы <i>(лук репчатый, масло растительное, соль, помидоры свежие, фарш куриный ош)</i>	100	25,38	12,08	6,47	236,72	жаренье
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	150	8,60	5,09	38,64	243,75	варка
342/2016	Компот из свежих яблок с вит. С <i>(яблока аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, лимон)</i>	200	0,10	0,10	17,43	71,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	48	3,58	0,48	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		47,82	30,37	113,90	934,42	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
17/2003	Салат Бурячок /без лука/ <i>(борошки зеленый консервированный, масло растительное, свекла, соль, лимон)</i>	100	1,82	8,18	7,87	111,77	нет
102/2007	Суп картофельный с бобовыми <i>(варок луковый сухой, картофель свежий, гороховый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</i>	260	5,48	5,27	16,63	148,26	варка
241/2007	Говядина отварная <i>(говядина ош, лук репчатый, морковь, соль)</i>	10	2,00	0,98		16,80	варка
378/1996	Поджарка из птицы <i>(лук репчатый, масло растительное, соль, помидоры свежие, фарш куриный ош)</i>	125	33,48	12,71	6,61	275,42	жаренье
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	180	10,32	7,31	46,37	292,60	варка
342/2016	Компот из свежих яблок с вит. С <i>(яблока аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, лимон)</i>	200	0,10	0,10	17,43	71,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	230	4,74	0,67	25,96	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	220	2,86	0,83	16,63	85,80	нет
	Итого:		60,59	39,84	140,62	1 145,18	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
408/4672 015	Пирожки печеные с картофелем и луком <i>(пирожки сушие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи)</i>	100	6,30	3,64	40,92	222,00	выпечка
389/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,80	107,00	кипячение
	Итого:		12,10	8,64	50,72	329,00	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
408/4672 015	Пирожки печеные с картофелем и луком <i>(пирожки сушие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи)</i>	275	7,80	6,69	50,40	281,90	выпечка
389/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,80	107,00	кипячение
	Итого:		13,60	11,69	60,20	388,90	

Приятного аппетита!

Лакейер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

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