

Утверждено:

Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)
04.05.2023

2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ(ОУ)

2023 г.



№ блюда по обедному расписанию	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Баллы	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основано на тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
622/1909	Кукуруза консервированная	20	0,70	0,80	4,00	22,00	испарение
232/2009	Печень по-строгановски с соусом (мясо растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/к, соль, томатная паста)	138	20,87	19,17	11,91	255,00	тушение
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	189	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай листового чая)	200	1,54	1,83	9,38	58,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	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:		38,38	25,95	76,42	636,65	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
622/1909	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	6,00	33,00	испарение
232/2009	Печень по-строгановски с соусом (мясо растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/к, соль, томатная паста)	199	27,82	25,58	15,88	340,00	тушение
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	189	3,88	5,76	24,53	164,70	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай листового чая)	200	1,54	1,83	9,38	58,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31806- 2016	Хлеб пшеничный	220	3,90	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		39,52	24,52	93,31	777,66	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
67/2016	Винегрет овощной /без лука/ (картофель зеленый консервированный, картофель свежий, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	80	0,84	6,02	4,37	75,08	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	280	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
*	Сметана к первому блюду	16	0,25	1,00	0,45	11,90	испарение
241/2007	Говядина отварная (говядина с/к, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,88		18,80	варка
220/2003	Чахохбили (курица лимонная, лук репчатый, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, крылья бройлеры с/к)	150	24,60	13,98	8,73	256,15	тушение
309/2016	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	5,51	4,81	26,44	188,48	варка
ТН 408/2008	Компот из плодов свежемороженных с вит. С (яблоки замороженные, яблоки лимонная, сахар, смесь компотная с/к)	200	1,00		31,78	170,00	варка
ГОСТ 31806- 2016	Хлеб пшеничный	48	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		41,21	32,35	113,28	867,26	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
67/2016	Винегрет овощной /без лука/ (картофель зеленый консервированный, картофель свежий, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,40	10,04	7,29	125,10	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	280	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
*	Сметана к первому блюду	16	0,25	1,00	0,45	11,90	испарение
241/2007	Говядина отварная (говядина с/к, лук репчатый, морковь, соль)	16	2,00	0,88		18,80	варка
220/2003	Чахохбили (курица лимонная, лук репчатый, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, крылья бройлеры с/к)	178	28,70	16,31	10,19	302,84	тушение
309/2016	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,81	5,41	31,73	202,14	варка
ТН 408/2008	Компот из плодов свежемороженных с вит. С (яблоки замороженные, яблоки лимонная, сахар, смесь компотная с/к)	200	1,00		31,78	170,00	варка
ГОСТ 31806- 2016	Хлеб пшеничный	230	4,74	0,47	26,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,33	16,83	95,80	нет
	Итого:		48,58	46,13	139,21	1162,33	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
479 с/к	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, крахмал, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, мясной порошок)	100	8,42	12,50	62,76	394,00	выпекание
388/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	205,00	нет
	Итого:		14,96	17,50	96,36	600,00	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
479 с/к	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, крахмал, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, мясной порошок)	180	10,62	17,18	93,68	579,58	выпекание
388/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	205,00	нет
	Итого:		17,16	22,18	127,28	779,58	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокина

К.А. Федорова