

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,А,Р)
05.05.2023

2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ (А)У

2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход, Блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основано в тепловой	ГМО и БАД не используются	
								да	нет
Завтрак для 1-4 классов (152.05)									
552/1996	Огурцы консервированные	20			0,60	2,40	нет		
297/2007	Фрикадельки из птицы с маслом (мясо сливочное, соль, филе окорока куриное с/к б/к, хлеб пшеничный)	95	12,32	15,80	7,24	216,40	варка		
302/2015	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное, соль)	180	4,35	7,30	30,85	206,25	варка		
377/2007	Чай с лимоном (лимон, сахар, чай вешевой черный)	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	варка		
338/2015	Апельсины свежие	100	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:		21,50	23,67	84,96	546,45			
Завтрак для 5-11 классов (223.97)									
552/1999	Огурцы консервированные	30			0,90	3,60	нет		
297/2007	Фрикадельки из птицы с маслом (мясо сливочное, соль, филе окорока куриное с/к б/к, хлеб пшеничный)	110	13,72	20,44	8,10	272,00	варка		
302/2015	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное, соль)	180	5,22	8,76	37,02	247,50	варка		
377/2007	Чай с лимоном (лимон, сахар, чай вешевой черный)	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	варка		
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	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:		25,00	30,14	108,16	765,90			
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	5,15	5,57	72,15	варка		
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мясо б/к с/к, соль, томатная паста, лавный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка		
284/2007	Запеканка картофельная с субпродуктами и маслом (картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, сердце говяжье с/к, хлеб пшеничный)	220	29,01	20,58	27,89	391,50	запекание		
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,86	0,09	27,20	112,85	варка		
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,46	21,74	105,75	нет		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	Итого:		36,47	29,37	108,20	531,15			
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	6,58	9,29	120,22	варка		
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мясо б/к с/к, соль, томатная паста, лавный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка		
284/2007	Запеканка картофельная с субпродуктами и маслом (картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, сердце говяжье с/к, хлеб пшеничный)	290	30,98	25,04	37,16	500,00	запекание		
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,86	0,09	27,02	112,85	варка		
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	220	4,74	0,67	26,98	141,00	нет		
	Хлеб ржано-пшеничный	220	2,86	0,63	16,83	85,80	нет		
	Итого:		47,30	37,79	134,86	1085,87			
Полдник для 1-4 классов (49.78)									
410/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, лавный порошок)	100	4,33	2,36	45,86	222,03	выпекание		
	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет		
	Итого:		5,33	2,36	68,26	312,03			
Полдник для 5-11 классов (49.78)									
410/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, лавный порошок)	375	6,92	5,96	88,24	444,00	выпекание		
	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет		
	Итого:		8,92	5,96	110,64	534,00			

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокинова

КА Федорова