

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания
Н.А. Ушакова
2023 г.

Меню (О)
11.05.2023

Согласовано:
Директор ИСО(АУ)
2023 г.

№ блюда по общему рациону	Наименование и краткие характеристики блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной ингредиент
Завтрак для 1-4 классов (182.05)							
822/1900	Горошек зеленый консервированный	20	0,60		1,20	7,00	пропаренный
229/2003	Тефтели рыбные из минтая (фарш рыбный, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, лавашная лепешка, филе минтая с/к с/к, хлеб пшеничный)	165	3,72	13,44	17,20	224,72	тушеные
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	0,07	4,90	20,44	137,25	варка
376/2018	Чай с сахаром (сахар, чай зеленый черный)	200/18	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,48	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		11,66	19,31	66,56	586,37	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
822/1900	Горошек зеленый консервированный	20	0,60		1,20	7,00	пропаренный
229/2003	Тефтели рыбные из минтая (фарш рыбный, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, лавашная лепешка, филе минтая с/к с/к, хлеб пшеничный)	175	4,63	15,15	19,55	255,48	тушеные
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,78	24,53	164,70	варка
376/2018	Чай с сахаром (сахар, чай зеленый черный)	200/18	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	220	3,60	0,40	18,82	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		14,71	22,08	85,40	674,58	
Обед для 1-4 классов (226.10)							
94/2001	Салат Мозаика (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	80	0,85	5,15	4,37	72,16	варка
99/2007	Суп из овощей (горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, морковь, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	200	1,59	4,99	9,15	95,28	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/к, лук репчатый, морковь, соль)	19	2,00	0,98		16,90	варка
229/2017	Птица отварная с маслом (фарш куриный, лук репчатый, масло сливочное, морковь, капуста с/к с/к, соль)	85	25,70	17,89	0,39	289,90	варка
189/2021 Пермь	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощей с/к с/к, соль)	85	1,50	1,30	5,90	37,50	варка
303/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,43	2,87	24,45	133,30	варка
380/2018	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/к, молоко аскорбиновое, молоко топленое, крахмал картофельный, сахар)	200	16,00	0,05	24,53	117,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	40	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		53,07	34,80	86,25	690,45	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
24/2003	Салат Мозаика (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	100	1,43	8,58	9,20	120,25	варка
99/2007	Суп из овощей (горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, морковь, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	200	1,59	4,99	9,15	95,28	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/к, лук репчатый, морковь, соль)	18	2,00	0,98		16,90	варка
229/2017	Птица отварная с маслом (фарш куриный, лук репчатый, масло сливочное, морковь, капуста с/к с/к, соль)	110	28,98	23,55	0,47	333,03	варка
189/2021 Пермь	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощей с/к с/к, соль)	80	2,40	2,00	9,00	60,00	варка
303/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,43	2,87	24,45	133,30	варка
380/2018	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/к, молоко аскорбиновое, молоко топленое, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	24,53	117,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	230	4,74	0,67	25,95	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,86	0,69	16,63	85,80	нет
	Итого:		47,27	44,40	121,71	1109,41	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
404/279	Пирожки печеные с яблоками (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, начинка персиков)	100	3,98	2,28	47,20	225,20	выпекание
380/2017	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,80	206,00	нет
	Итого:		10,52	7,28	80,99	431,20	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
404/279 018	Пирожки печеные с яблоками (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, начинка персиков)	275	5,97	3,62	70,50	337,80	выпекание
380/2017	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,80	206,00	нет
	Итого:		12,51	8,62	104,30	543,80	

Приятного аппетита!

Инициалы шеф-повара: _____
 Должность старшего повара бухгалтерия: _____
 Должность производителя: _____

С.В. Соколов
 В.В. Соколов
 К.А. Федорова