



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

Меню (О,АР)
19.01.2023

2023 г.

№ блюда по образцу	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	ГОСТ в % от нормативов				Основное в упаковке
			Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность к. кал	
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
522/1000	Кукуруза консервированная	30	0,70	0,30	4,00	22,00	выпеченье
287/2007	Фрикадельки из птицы (фарш, филе курицы куриное или бр., хлеб пшеничный)	90	18,85	7,35	7,40	176,40	варка
458/2003	Соус красный основной (маргарин раст., лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, пищевая кислота)	60	0,42	0,87	3,15	22,20	варка
345/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,80	8,09	38,54	243,75	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай зеленый черный)	200	1,54	1,83	9,36	58,00	варка
338/2018	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	45,00	нет
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,23	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,22	8,42	42,90	нет
	Итого:		34,81	17,08	83,86	678,74	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
522/1000	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	4,00	22,00	прогревание
287/2007	Фрикадельки из птицы (фарш, филе курицы куриное или бр., хлеб пшеничный)	100	20,84	8,17	8,22	195,90	варка
458/2003	Соус красный основной (маргарин раст., лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, пищевая кислота)	75	0,53	1,21	4,91	34,01	варка
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,22	7,21	48,27	292,50	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай зеленый черный)	200	1,54	1,83	9,36	58,00	варка
338/2018	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	45,00	нет
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	230	5,50	0,40	18,82	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,22	8,42	42,90	нет
	Итого:		36,61	18,70	110,75	781,40	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
38/2007	Салат Школьный /без лука/ (картофель вареный, морковь вареная, капуста квашеная, огурцы консервированные, сметана, соль)	90	0,89	5,08	3,94	85,02	нет
88/2007	Суп из овощей (картофель вареный, морковь вареная, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	280	1,85	4,99	0,16	95,25	варка
	• Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпеченье
341/2007	Говядина отварная (говядина ош., лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		18,80	варка
288/2007	Плов из говядины (говядина ош., лук репчатый, морковь вареная, морковь, соль, пищевая кислота)	200	18,73	18,17	30,08	398,00	варка
342/2018	Компот из свежих яблок с вит. С (яблоки свежие, сахар, лимонная кислота)	200	0,10	0,10	17,40	71,05	варка
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	45	9,55	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,22	8,42	42,90	нет
	Итого:		30,55	31,07	101,11	907,27	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
38/2007	Салат Школьный /без лука/ (картофель вареный, морковь вареная, капуста квашеная, огурцы консервированные, сметана, соль)	100	1,48	8,48	6,87	108,85	нет
88/2007	Суп из овощей (картофель вареный, морковь вареная, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	280	1,85	4,99	0,16	95,25	варка
	• Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпеченье
341/2007	Говядина отварная (говядина ош., лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		18,80	варка
288/2007	Плов из говядины (говядина ош., лук репчатый, морковь вареная, морковь, соль, пищевая кислота)	270	27,48	26,76	53,16	638,97	варка
342/2018	Компот из свежих яблок с вит. С (яблоки свежие, сахар, лимонная кислота)	200	0,10	0,10	17,40	71,05	варка
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	230	4,74	0,87	28,25	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	230	2,80	0,89	16,53	85,90	нет
	Итого:		40,50	43,81	132,55	1.947,62	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
488/2007 312/2001	Пирожки печеные с капустой и луком (фарш свиной, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи пекарские)	100	4,91	6,49	33,81	210,07	выпеченье
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня ош., сахар, лимонная кислота)	200			14,87	58,05	варка
	Итого:		4,91	6,49	47,98	268,12	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
488/2007 3016	Пирожки печеные с капустой и луком (фарш свиной, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи пекарские)	275	7,50	9,40	41,85	244,83	выпеченье
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня ош., сахар, лимонная кислота)	200			14,87	58,05	варка
	Итого:		7,50	9,40	56,72	302,88	

Приятного аппетита!

С.В. Соколов
К.А. Федорова