



Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания
 И.А. Ушакова
 04.05.2023 г.

Меню (О)
 22.05.2023

Согласовано:
 Директор ИМО(АУ)
 22.05.2023 г.

№ блюда по Общедомовому меню	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод.ы	Энерг. ценность, ккал	Способ приготовления
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
822/1089	Кукуруза консервированная	20	0,76	0,50	4,00	22,00	измельчение
268/2007	Биточки особые (яйцо белок, лук репчатый, масло растительное, мясо БК-04, соль, хлеб пшеничный)	90	13,13	20,80	12,29	288,88	запекание
485/2003	Соус красный основной (пшеничный лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	50	0,42	0,87	3,15	22,20	варка
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	6,00	6,09	38,65	243,75	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимон, сахар, чай зеленый черный)	200/1807	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,23	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		27,10	29,14	105,98	785,23	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
822/1089	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	6,00	33,00	прогревание
268/2007	Биточки особые (яйцо белок, лук репчатый, масло растительное, мясо БК-04, соль, хлеб пшеничный)	100	14,50	25,11	19,85	320,94	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	45,37	292,50	варка
485/2003	Соус красный основной (пшеничный лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	75	0,63	1,31	4,91	34,01	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимон, сахар, чай зеленый черный)	200/1807	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	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:		31,51	32,81	118,78	882,34	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
21/2003	Салат Здоровье (картофель вареный консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	60	0,87	11,04	3,91	118,00	варка
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (картофель вареный, картофель свежий, пшеничный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	280	5,49	5,27	16,53	148,25	варка
241/2007	Говядина отварная (яйцо белок, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
378/1995	Поджарка из птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе курицы тушено)	100	25,39	12,06	6,47	259,72	жаренье
308/2007	Рис с овощами (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, морковь, соль, томатная паста)	180	3,57	12,85	35,23	271,27	варка
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С (ягодная смесь, лимонная кислота, сахар, сухофрукты)	200	0,68	0,09	27,20	112,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	48	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		42,96	43,87	118,58	1 062,54	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
21/2003	Салат Здоровье (картофель вареный консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	100	1,42	18,40	6,52	198,67	варка
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (картофель вареный, картофель свежий, пшеничный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	280	5,49	5,27	16,53	148,25	варка
241/2007	Говядина отварная (яйцо белок, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
378/1995	Поджарка из птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе курицы тушено)	125	33,48	12,71	6,61	275,43	жаренье
489/2003	Рис с овощами (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, морковь, соль, томатная паста)	180	4,20	15,43	42,28	325,53	варка
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С (ягодная смесь, лимонная кислота, сахар, сухофрукты)	200	0,68	0,09	27,20	112,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	220	4,74	0,57	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,53	16,53	85,50	нет
	Итого:		54,95	54,18	144,78	1 302,33	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
418/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	100	4,30	2,38	45,88	222,03	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		5,30	2,38	68,28	312,03	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
418/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	275	8,02	5,98	88,24	444,00	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		9,02	5,98	110,64	534,00	

Приятного аппетита!

Инициатор-инициатор:
 Ведущий специалист отдела бухгалтерии:
 Заведующий производством:

И.А. Ушакова

 К.А. Федорова