



Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания
 Н.А. Ушакова
 М. 09 2022 г.

Меню (О)
 01.10.2022

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основно й тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152,06)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	1/60	6,75	9,42	15,46	170,59	нет
396/2007	Блины (орожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)	160	8,40	8,03	55,53	309,86	выпекание
337/2007	Соус яблочный (кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар, яблоки)	30	0,03	0,03	5,11	20,95	варка
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2018	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,30	0,08	24,39	102,32	нет
	Итого:		14,55	15,57	115,48	663,73	
Завтрак для 5-11 классов (223,97)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	1/60	6,75	9,42	15,46	170,59	нет
396/2007	Блины (орожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)	200	11,20	8,04	74,04	413,17	выпекание
337/2007	Соус яблочный (кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар, яблоки)	30	0,03	0,03	5,11	20,95	варка
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2018	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,30	0,08	24,39	102,32	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	20	1,80	0,20	9,66	47,00	нет
	Итого:		19,16	17,78	143,65	814,04	
Обед для 1-4 классов (228,10)							
62/2007	Салат из моркови с сахаром (морковь, сахар)	60	0,74	0,06	6,89	49,02	нет
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель свежий, пшеничный лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	260	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
230/2015	Минтай жареный с маслом (масло растительное, масло сливочное, минтай с/м, мука пшеничная высшего сорта, соль)	100	17,87	18,26	3,85	250,89	запекание
127/2016	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,29	5,78	16,00	135,00	варка
342/2016	Компот из свежих яблок с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, яблоки)	200	0,10	0,10	17,43	71,65	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		30,90	28,14	100,21	816,36	
Обед для 5-11 классов (245,89)							
62/2007	Салат из моркови с сахаром (морковь, сахар)	100	1,23	0,09	11,48	81,70	нет
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель свежий, пшеничный лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	260	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
230/2015	Минтай жареный с маслом (масло растительное, масло сливочное, минтай с/м, мука пшеничная высшего сорта, соль)	110	15,28	14,80	4,40	212,00	запекание
127/2016	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,92	6,93	19,21	162,00	варка
342/2016	Компот из свежих яблок с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, яблоки)	200	0,10	0,10	17,43	71,65	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет
	Итого:		31,61	28,16	122,90	925,86	
Полдник для 1-4 классов (49,78)							
373/336/2016	Яблоки, фаршированные творогом (курага, сахар, творог, яблоки, яичный порошок)	100	10,07	1,03	25,54	149,37	запекание
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весовой черный)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		11,61	2,66	34,90	205,37	
Полдник для 5-11 классов (49,78)							
373/336/2016	Яблоки, фаршированные творогом (курага, сахар, творог, яблоки, яичный порошок)	160	15,10	1,54	38,31	224,06	запекание
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весовой черный)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		16,64	3,17	47,67	280,05	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____
 Ведущий специалист отдела бухгалтерии: _____
 Заведующий производством: _____

В.В. Сороковицова

 Я.А. Боговид