

Утверждено:  
 Заместитель директора по  
 корпоративному питанию

А.С. Писаренко

**Меню (О,АР)**  
 07.10.2022

29.09 2022 г.

Согласовано:

Директор МБОУ (АУ)

*Тюлькин*  
 06.10 2022 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	ГМО и БАД не используются				Основной тепловой процесс
			Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, ккал	
<b>Завтрак для 1-4 классов (152.05)</b>							
70/2007	Помидоры свежие	20	0,22	0,04	0,75	4,80	нет
291/2015	Плов из птицы (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	200	17,06	16,09	41,06	352,00	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весовой черный)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	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 ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		<b>23,52</b>	<b>16,61</b>	<b>82,19</b>	<b>569,20</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (223.97)</b>							
70/2007	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	7,20	нет
291/2015	Плов из птицы (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	275	26,88	19,07	54,74	500,88	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весовой черный)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2720	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		<b>34,68</b>	<b>21,68</b>	<b>101,08</b>	<b>743,98</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (228.10)</b>							
76/2007	Икра свекольная (лук репчатый, масло растительное, сахар, свекла, соль, томатная паста)	60	1,42	0,06	13,72	111,18	тушение
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Φ	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
284/2007	Запеканка картофельная с субпродуктами и маслом (картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, сердце или печень говяжья с/м, хлеб пшеничный)	220	22,96	17,38	28,31	373,50	запекание
384/2003	Компот из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		<b>31,39</b>	<b>24,16</b>	<b>95,61</b>	<b>791,03</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (245.89)</b>							
76/2007	Икра свекольная (лук репчатый, масло растительное, сахар, свекла, соль, томатная паста)	100	2,37	0,10	22,87	185,90	тушение
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Φ	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
284/2007	Запеканка картофельная с субпродуктами и маслом (картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, сердце или печень говяжья с/м, хлеб пшеничный)	290	30,58	21,76	37,70	485,00	запекание
384/2003	Компот из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2730	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2720	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		<b>42,57</b>	<b>29,11</b>	<b>129,70</b>	<b>1 054,80</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (49.78)</b>							
408/481	Пирожки печеные с капустой и луком (пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	5,00	3,60	27,70	163,22	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		<b>10,80</b>	<b>8,60</b>	<b>37,30</b>	<b>270,22</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (49.78)</b>							
408/481	Пирожки печеные с капустой и луком (пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	275	4,39	4,63	29,62	177,67	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		<b>10,19</b>	<b>9,63</b>	<b>39,22</b>	<b>284,67</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокикова

Я.А. Боговид