



Утверждено:
 Заместитель директора по
 корпоративному питанию
 А.С Писаренко
 03 10 2022 г.

Меню (О)
 10.10.2022

Согласовано:
 Директор МБОУ(ОУ)

2022 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основн й тепловой	ГМО и БАД не используются	
Завтрак для 1-4 классов (152,05)									
522/1989	Кукуруза консервированная	20	0,70	0,80	4,00	22,00	кипячение		
296/2007	Котлеты рубленые из птицы с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)</i>	96	13,73	21,56	13,86	304,80	запекание		
302/2015	Каша рисовая рассыпчатая <i>(крупа рисовая, масло сливочное, соль)</i>	160	3,58	4,77	39,30	214,50	варка		
377/2007	Чай с лимоном <i>(лимона, сахар, чай весовой черный)</i>	200/167	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	0,33	14,49	70,50	нет		
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	Итого:		22,34	27,70	106,07	763,70			
Завтрак для 5-11 классов (223,97)									
522/1989	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	6,00	33,00	прогревание		
296/2016	Котлеты рубленые из птицы с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)</i>	110	15,30	27,40	15,46	370,00	запекание		
302/2015	Каша рисовая рассыпчатая <i>(крупа рисовая, масло сливочное, соль)</i>	180	4,30	5,72	47,16	257,40	варка		
377/2007	Чай с лимоном <i>(лимона, сахар, чай весовой черный)</i>	200/167	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	2/20	3,80	0,40	19,32	94,00	нет		
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	Итого:		26,21	34,71	121,36	906,30			
Обед для 1-4 классов (228,10)									
21/2003	Салат Здоровье <i>(горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)</i>	60	0,87	11,04	3,91	118,00	варка		
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)</i>	260	2,88	2,84	17,46	118,25	варка		
229/2016	Минтай тушеный в томате с овощами <i>(кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м)</i>	160	14,83	7,43	5,70	167,50	тушение		
310/2016	Картофель отварной <i>(картофель свежий, масло сливочное, соль)</i>	160	2,86	4,32	23,01	142,35	варка		
349/2016	Компот из смеси сухофруктов с вит. С <i>(кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, сухофрукты)</i>	200	0,44	0,02	26,78	107,10	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:		26,47	26,42	107,02	791,86			
Обед для 5-11 классов (245,89)									
21/2003	Салат Здоровье <i>(горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)</i>	100	1,45	18,40	6,52	196,67	варка		
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)</i>	260	2,88	2,84	17,46	118,25	варка		
229/2016	Минтай тушеный в томате с овощами <i>(кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м)</i>	200	19,50	9,90	7,60	210,00	тушение		
310/2016	Картофель отварной <i>(картофель свежий, масло сливочное, соль)</i>	180	3,43	5,18	27,62	170,82	варка		
349/2015	Компот из смеси сухофруктов с вит. С <i>(кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар, сухофрукты)</i>	200	0,44	0,02	26,78	107,10	варка		
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,96	141,00	нет		
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет		
	Итого:		35,10	37,64	131,79	1 029,84			
Полдник для 1-4 классов (49,78)									
ТТК	Ватрушка с вишней <i>(вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)</i>	100	6,04	3,36	52,79	263,84	выпекание		
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет		
	Итого:		7,04	3,36	75,19	353,84			
Полдник для 5-11 классов (49,78)									
ТТК	Ватрушка с вишней <i>(вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)</i>	275	9,05	5,10	79,09	395,78	выпекание		
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет		
	Итого:		10,05	5,10	101,49	485,78			

Приятного аппетита!

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

В.В. Сорокинова
 Я.А. Боговид