

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)
15.11.2022

2022 г.



2022 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основно й тепловой	ГМО и БАД не используется	
Завтрак для 1-4 классов (152.05)									
16/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет		
182/2007	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным (крупа пшеничная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	7,51	11,72	37,05	285,00	варка		
382/2015	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,08	3,54	12,59	98,65	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:		20,93	22,01	80,65	612,05			
Завтрак для 5-11 классов (223.97)									
16/2007	Сыр	30	6,96	8,85		108,00	нет		
268/2007	Говядина духовая (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	200	24,45	24,26	23,00	324,00	тушение		
382/2015	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,08	3,54	12,59	98,65	варка		
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет		
ГОСТ 31806- 2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет		
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	Итого:		41,42	37,57	71,43	710,55			
Обед для 1-4 классов (228.10)									
45/2007	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	60	0,79	1,95	3,88	36,24	нет		
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка		
288/2017	Птица отварная к первому блюду (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка		
173/2003	Котлеты Студенческие (лук репчатый, масло растительное, мясо б/к с/м, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	90	30,92	20,60	25,00	318,48	запекание		
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка		
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,23	0,10	24,67	99,16	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:		47,48	34,62	120,29	889,99			
Обед для 5-11 классов (245.89)									
45/2007	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	100	1,31	3,25	6,47	60,40	нет		
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка		
288/2017	Птица отварная к первому блюду (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка		
173/2003	Котлеты Студенческие (лук репчатый, масло растительное, мясо б/к с/м, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	100	34,77	22,89	27,78	353,70	запекание		
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка		
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,23	0,10	24,67	99,16	варка		
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет		
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет		
	Итого:		55,56	39,54	146,90	1 061,23			
Полдник для 1-4 классов (49.78)									
373/335/2 015	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)									
373/335/2 015	Яблоки, фаршированные творогом (курага, сахар, творог, яблоки, яичный порошок)	160	15,10	1,54	38,31	224,05	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:

В.В. Сорокина

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Н.С. Сумарокова

Заведующий производством: