

Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания
 Н.А. Ушакова
 15.11.2022 г.

Меню (О)
 21.11.2022

Согласовано:
 Директор МБОУ ДОУ
 2022 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.06)							
552/1996	Огурцы консервированные						
	Шницель мясной с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мясо б/к с/м, соль, хлеб пшеничный)	20			0,60	2,40	нет
268/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	95	14,81	16,88	12,83	265,20	запекание
309/2015	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
377/2007	Яблоки свежие	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржаной	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	Итого:	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
522/1999	Огурцы консервированные						
	Шницель мясной с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мясо б/к с/м, соль, хлеб пшеничный)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	нет
268/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	110	16,50	22,20	14,32	326,00	запекание
309/2015	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
377/2007	Яблоки свежие	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржаной	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Итого:	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Обед для 1-4 классов (228.10)							
17/2003	Салат Бурячок (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	60	0,96	5,09	4,73	68,00	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
241/2007	Говядина отварная к первому блюду (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	3,02	2,59	0,06	35,61	варка
227/2007	Минтай припущенный с маслом (лук репчатый, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м)	100	15,42	8,12	0,84	138,00	припускание
314/2017	Картофель жареный (картофель свежий, масло растительное, соль)	150	4,35	15,85	35,43	302,21	запекание
387/2003	Компот из клубники свежемороженой с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,17	0,04	17,80	73,90	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:		30,93	37,86	100,99	873,62	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
17/2003	Салат Бурячок (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,60	8,48	7,88	113,33	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
241/2007	Говядина отварная к первому блюду (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	3,02	2,59	0,06	35,61	варка
227/2007	Минтай припущенный с маслом (лук репчатый, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м)	110	17,12	8,22	0,92	146,00	припускание
314/2017	Картофель жареный (картофель свежий, масло растительное, соль)	180	5,22	19,03	42,51	362,65	запекание
387/2003	Компот из клубники свежемороженой с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,17	0,04	17,80	73,90	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:		33,55	29,01	100,77	806,07	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
ТТК	Ватрушка с вишней (вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	6,04	3,36	52,79	263,84	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200			22,40	90,00	нет
	Итого:		6,04	3,36	75,19	353,84	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
ТТК	Ватрушка с вишней (вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	9,05	5,10	79,09	395,78	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200			22,40	90,00	нет
	Итого:		9,05	5,10	101,49	485,78	

Приятного аппетита!

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

В.В. Сорокикова
 К.А. Федорова