

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)
29.11.2022

2022 г.

Согласовано:

Директор МБОУ (А)У

2022 г.



№ блюда по сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	ГМО в БД не используются				Основной тепловой
			Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, ккал	
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
16/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
327/2003	Каша молочная Дружба с маслом сливочным <i>(крупа пшеничная, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль)</i>	210	5,97	12,06	33,53	267,34	варка
379/2015	Кофейный напиток с молоком <i>(кофейный напиток, молоко, сахар)</i>	200	3,17	2,68	10,95	80,65	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:		18,48	21,49	75,49	576,39	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
19/2007	Сыр	30	6,96	8,65		108,00	нет
260/2007	Гуляш из говядины <i>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)</i>	150	21,83	22,19	4,34	304,50	тушение
308/2007	Рис припущенный <i>(крупа рисовая, масло сливочное, соль)</i>	180	4,44	5,83	46,67	256,91	варка
379/2015	Кофейный напиток с молоком <i>(кофейный напиток, молоко, сахар)</i>	200	3,17	2,68	10,95	80,65	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2018	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:		42,33	40,47	97,80	929,96	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком <i>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)</i>	60	1,05	3,71	5,55	59,70	нет
35/2001	Свекольник <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)</i>	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка
288/2017	Птица отварная к первому блюду <i>(лук репчатый, соль, филе курицы с/м)</i>	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
19/455/200	Тефтели мясные школьные <i>(говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, мясо б/к с/м, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)</i>	110	9,94	11,57	11,56	190,28	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	190	8,60	6,09	38,64	243,75	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	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		30,06	28,75	122,83	868,52	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком <i>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)</i>	100	1,75	6,18	9,25	99,50	нет
35/2001	Свекольник <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)</i>	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка
288/2017	Птица отварная к первому блюду <i>(лук репчатый, соль, филе курицы с/м)</i>	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
319/455/2003	Тефтели мясные школьные <i>(говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, мясо б/к с/м, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)</i>	190	12,54	14,73	15,28	244,03	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	180	10,32	7,31	46,37	292,50	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	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		37,89	36,13	153,83	1 088,96	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
373/334/2015	Яблоки, фаршированные творогом <i>(яблоко с/м, сахар, творог, яблоки, лимонный порошок)</i>	100	10,07	1,03	25,54	149,37	запекание
431/2003	Чай с молоком <i>(молоко, сахар, чай весовой черный)</i>	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)							
373/334/2015	Яблоки, фаршированные творогом <i>(яблоко с/м, сахар, творог, яблоки, лимонный порошок)</i>	160	15,10	1,54	38,31	224,05	запекание
431/2003	Чай с молоком <i>(молоко, сахар, чай весовой черный)</i>	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. Сорочикова

 К.А. Федорова