

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)  
07.12.2022

2022 г.



Согласовано:  
Директор МБОУ(АУ)

2022 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
<b>Завтрак для 1-4 классов (152.05)</b>							
11/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	140	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	<b>Запеканка из творога с повидлом</b> (крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	150	21,10	14,50	38,70	369,36	запекание
376/2015	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весомой черной)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	<b>Мандарины свежие</b>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>24,33</b>	<b>22,21</b>	<b>76,09</b>	<b>603,36</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (223.97)</b>							
11/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	140	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	<b>Запеканка из творога с повидлом</b> (крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	29,89	20,54	47,20	492,76	запекание
376/2015	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весомой черной)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	<b>Мандарины свежие</b>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	1,80	0,20	9,66	47,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>34,92</b>	<b>28,45</b>	<b>94,25</b>	<b>773,76</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (226.10)</b>							
17/2003	<b>Салат Бурячок</b> (борюшек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	60	0,98	5,09	4,73	68,00	варка
96/2007	<b>Рассольник Ленинградский</b> (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огузки консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Φ	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,80	квашивание
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
173/2003	<b>Котлеты Студенческие</b> (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	318,46	запекание
305/2007	<b>Рис припущенный</b> (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,47	3,24	25,93	142,73	варка
321/2007	<b>Капуста тушеная</b> (капуста свежая, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	50	0,18	1,47	2,40	23,52	тушение
350/2015	<b>Кисель из вишни свежемороженой с вит. С</b> (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,23	0,10	24,67	99,16	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>46,75</b>	<b>39,55</b>	<b>136,01</b>	<b>1 061,87</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (245.89)</b>							
17/2003	<b>Салат Бурячок</b> (борюшек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,60	8,48	7,88	113,33	варка
96/2007	<b>Рассольник Ленинградский</b> (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огузки консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Φ	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,80	квашивание
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
173/2003	<b>Котлеты Студенческие</b> (лук репчатый, масло растительное, мясо б/к с/м, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	100	30,92	20,60	25,00	318,46	запекание
305/2007	<b>Рис припущенный</b> (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,47	3,24	25,93	142,73	варка
321/2007	<b>Капуста тушеная</b> (капуста свежая, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	80	0,28	2,34	3,84	37,61	тушение
350/2015	<b>Кисель из вишни свежемороженой с вит. С</b> (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,23	0,10	24,67	99,16	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	<b>Хлеб ржаной</b>	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет
	<b>Итого:</b>		<b>49,47</b>	<b>44,12</b>	<b>154,95</b>	<b>1 149,94</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (49.78)</b>							
406/470	<b>Пирожки печеные с яблоками</b> (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	100	3,98	2,28	47,20	225,20	выпекание
386/2007	<b>Кефир</b>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>9,78</b>	<b>8,68</b>	<b>55,20</b>	<b>343,20</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (49.78)</b>							
406/470/2015	<b>Пирожки печеные с яблоками</b> (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	2/75	5,97	3,42	70,80	337,80	выпекание
386/2007	<b>Кефир</b>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>11,77</b>	<b>9,82</b>	<b>78,80</b>	<b>455,80</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сороковинова

К.А. Федорова