

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О)
10.12.2022

2022 г.

Согласовано:
Директор МБОУ (АУ)

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 (152.05)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	1/50	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
401/2007	Оладьи (орожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи)	150	9,39	10,14	62,25	377,62	выпекание
Ф	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,40	нет
378/2015	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,30	0,08	24,39	102,32	нет
	Итого:		17,88	22,21	133,75	608,93	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	1/50	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
401/2007	Оладьи (орожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи)	200	12,54	13,52	83,12	504,06	выпекание
Ф	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,40	нет
378/2015	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,30	0,08	24,39	102,32	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	20	1,80	0,20	9,86	47,00	нет
	Итого:		22,83	25,79	164,28	692,37	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
24/2003	Салат Мазайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	60	0,88	5,15	5,57	72,15	варка
99/2007	Суп из овощей (орошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
35/2012	Минтай запеченный (масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтая с/к с/м)	90	2,47	3,98	3,77	95,61	запекание
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,29	5,78	16,00	135,00	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	2/20	2,88	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		17,74	21,23	68,12	660,64	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
24/2003	Салат Мозайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	100	1,43	8,58	9,29	120,22	варка
99/2007	Суп из овощей (орошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
35/2012	Минтай запеченный (масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтая с/к с/м)	100	2,74	4,42	4,19	106,23	запекание
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,92	6,93	19,21	162,00	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой с вит. С (вишня с/м, кислота аскорбиновая, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет
	Итого:		21,20	26,58	109,82	834,99	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
373/334/2015	Яблоки, фаршированные творогом (вишня с/м, сахар, творог, яблоки, дрожжи)	100	10,07	1,03	25,54	149,37	запекание
355/2015	Кисель из кураги (кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
	Итого:		10,96	1,09	53,30	284,02	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
373/334/2015	Яблоки, фаршированные творогом (вишня с/м, сахар, творог, яблоки, дрожжи)	150	15,10	1,54	38,31	224,05	запекание
355/2015	Кисель из кураги (кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
	Итого:		15,99	1,60	66,07	358,70	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сороковинова

К.А. Федорова