

структурное подразделение

(структурное подразделение)

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

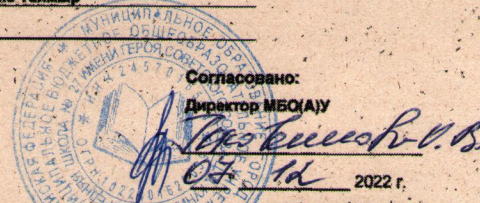
Н.А. Ушакова

Меню (О,А,Р)
12.12.2022

07 12 2022 г.

Согласовано:

Директор МБОУ(ОУ)



07 12 2022 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, ккал	Основно й тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
622/1999	Кукуруза консервированная	20	0,70	0,30	4,00	22,00	кипячение
319/456/2 003	Тестели мясные школьные (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)	110	9,94	11,57	11,58	190,28	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	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:		23,57	19,03	102,11	678,43	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
622/1999	Кукуруза консервированная	30	1,05	0,45	6,00	33,00	прогревание
319/456/2 003	Тестели мясные школьные (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)	150	12,54	14,78	15,28	244,03	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,80	0,40	18,32	94,00	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		29,47	23,63	120,39	815,43	
Обед для 1-4 классов (228.10)							
46/2007	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
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (горох лущенный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)	250	5,49	5,27	18,53	148,25	варка
241/2007	Говядина отварная к первому блюду (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	3,02	2,59	0,08	35,61	варка
ф	Поджарка из мяса птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к или грудки)	100	23,41	18,81	6,06	294,53	жаренье
314/2017	Картофель жареный (картофель свежий, масло растительное, соль)	150	4,35	15,85	35,43	302,21	запекание
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:		42,26	45,34	118,79	1 084,65	
Обед для 5-11 классов (245.89)							
46/2007	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
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (горох лущенный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)	250	5,49	5,27	18,53	148,25	варка
241/2007	Говядина отварная к первому блюду (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	3,02	2,59	0,08	35,61	варка
ф	Поджарка из мяса птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к или грудки)	125	23,41	18,81	6,06	294,53	жаренье
314/2017	Картофель жареный (картофель свежий, масло растительное, соль)	180	5,22	19,03	42,51	362,65	запекание
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	2,88	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		46,28	50,34	142,12	1 227,40	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	100	4,33	2,36	45,86	222,03	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200			22,40	90,00	нет
	Итого:		4,33	2,36	68,26	312,03	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	8,92	5,96	88,24	444,00	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200			22,40	90,00	нет
	Итого:		8,92	5,96	110,64	534,00	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокинова

КА Федорова

Сорокинова
Федорова