

Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)
 13.12.2022

04 2022 г.



Согласовано:
 Директор МБОУ(АУ)

2022 г.

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой	ТМО и БАД не используются	
Завтрак для 1-4 классов (152.05)									
15/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет		
181/2007	Каша молочная из манной крупы с маслом сливочным (крупя манная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	6,11	10,72	32,38	251,00	варка		
382/2015	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,08	3,54	12,59	98,65	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:		19,53	21,01	75,96	578,05			
Завтрак для 5-11 классов (223.97)									
15/2007	Сыр	30	6,96	8,85		108,00	нет		
285/2007	Плов из говядины (говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	275	27,48	26,76	53,16	536,37	варка		
382/2015	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,08	3,54	12,59	98,65	варка		
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет		
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,80	0,40	19,32	94,00	нет		
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	Итого:		44,45	40,07	101,59	922,92			
Обед для 1-4 классов (228.10)									
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	80	1,05	3,71	5,55	59,70	нет		
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лаверовый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка		
288/2017	Птица отварная к первому блюду (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка		
347/2021	Котлеты школьные с маслом (говядина с/м, масло растительное, масло сливочное, молоко, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	95	16,08	17,50	13,38	277,41	запекание		
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка		
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:		32,84	33,12	103,46	847,15			
Обед для 5-11 классов (245.89)									
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	100	1,76	6,18	9,25	99,50	нет		
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лаверовый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка		
288/2017	Птица отварная к первому блюду (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка		
347/2021	Котлеты школьные с маслом (говядина с/м, масло растительное, масло сливочное, молоко, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	17,88	23,11	14,90	341,49	запекание		
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка		
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	26,98	141,00	нет		
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет		
	Итого:		39,06	42,63	129,62	1062,87			
Полдник для 1-4 классов (49.78)									
410/2007	Ватрушка с творогом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, творог, яичный порошок)	100	12,46	6,52	43,15	282,42	выпекание		
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка		
	Итого:		12,52	6,54	58,15	342,42			
Полдник для 5-11 классов (49.78)									
410/468/2015	Ватрушка с творогом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, творог, яичный порошок)	75	18,68	9,18	64,72	418,14	выпекание		
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка		
	Итого:		18,75	9,19	79,72	478,13			

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____

Ведущий специалист отдела бухгалтерии: _____

Заведующий производством: _____

С.В. Сорокикова
 К.А. Федорова