

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О)
24.12.2022

12.12.2022 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
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 (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	150	9,39	10,14	82,25	377,82	выпекание
Ф	Повидло	20	0,06	0,02	13,00	50,00	нет
376/2015	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:		15,80	19,68	130,10	760,53	
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 (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	200	12,54	13,52	83,12	504,06	выпекание
Ф	Повидло	30	0,12	0,03	19,50	75,00	нет
376/2015	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:		20,59	23,27	167,13	958,97	
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)	60	1,05	3,71	5,55	59,70	нет
98/2007	Суп Крестьянский (капуста свежая, картофель свежий, крупа рисовая, пшеничный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)	250	1,50	5,26	13,00	105,23	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
230/2015	Минтай жареный с маслом (масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтая с/м)	100	2,52	17,83	3,85	218,98	запекание
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,29	5,78	16,00	135,00	варка
355/2015	Кисель из кураги с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,66	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		18,78	33,76	104,82	860,12	
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	1,75	6,18	9,25	99,50	нет
98/2007	Суп Крестьянский (капуста свежая, картофель свежий, крупа рисовая, пшеничный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)	250	1,50	5,26	13,00	105,23	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе куриное с/м)	10	3,11	0,25	0,09	15,03	варка
230/2015	Минтай жареный с маслом (масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтая с/м)	110	15,28	14,80	4,40	212,00	запекание
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,92	6,93	19,21	162,00	варка
355/2015	Кисель из кураги с вит. С (кислота аскорбиновая, кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	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:		34,85	34,87	126,63	1 008,61	
Полдник для 1-4 классов (49.78)							
373/335/2015	Яблоки, фаршированные творогом (курага, сахар, творог, яблоки, яичный порошок)	100	10,07	1,03	25,54	149,37	запекание
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай в пакетиках)	200	1,54	1,83	9,38	56,00	варка
	Итого:		11,61	2,86	34,90	205,37	
Полдник для 5-11 классов (49.78)							
373/335/2015	Яблоки, фаршированные творогом (курага, сахар, творог, яблоки, яичный порошок)	2/75	15,10	1,54	38,31	224,05	запекание
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай в пакетиках)	200	1,54	1,83	9,38	56,00	варка
	Итого:		16,64	3,37	47,69	280,05	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокикова

К.А. Федорова