



Утверждено:
 Начальник отдела
 общественного питания

 Н.А. Ушакова
 19.12.2022 г.

Меню (О,АР)
 27.12.2022

Согласовано:
 Директор МБОУ (А)У

 2022 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал/	Основно й тепловой
Завтрак для 1-4 классов (152.05)							
15/2007	Сыр	20	4,54	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	75,98		578,05	
Завтрак для 5-11 классов (223.97)							
15/2007	Сыр	30	6,96	8,85		108,00	нет
258/2007	Говядина духовая (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	260	24,45	24,26	23,00	324,00	тушение
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	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржаной	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:	41,42	37,57	71,43		710,55	
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
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый 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
319/455/2003	Тефтели 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	11,56	190,28	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,60	6,09	38,64	243,75	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:	25,79	28,76	113,94		835,32	
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
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый 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
319/455/2003	Тефтели 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	14,73	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
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	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржаной	2/20	2,86	0,63	16,83	85,90	нет
	Итого:	37,43	36,15	144,64		1 055,76	
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	12,45	6,52	43,15	282,42	выпекание
378/2015	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)	2/75	18,68	9,18	64,72	418,14	выпекание
378/2015	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: _____

В.В. Сорокикова

 К.А. Федорова