

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Сбитнова

2023 г.

Меню (О,АР)
03.10.2023

Составлено:

Директор МБОУ(ОУ)

2023 г.

№ блюда по Обществу питания	Наименование и краткая характеристика блюда	Состав ВАР на 100 г продукта				Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
		Вода, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
15/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
182/2007	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным (крупа пшеничная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	7,51	11,72	37,06	285,00	варка
382/2015	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,08	3,54	12,59	98,65	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
☉	Печенье	50	3,80	9,00	33,00	230,50	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,48	70,50	нет
	Итого:		23,20	30,69	104,63	794,65	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
15/2007	Сыр	30	6,96	8,85		108,00	нет
182/2007	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным (крупа пшеничная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	240	7,35	13,07	35,31	289,32	варка
382/2015	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	200	4,08	3,54	12,59	98,65	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
☉	Печенье	100	7,60	18,00	66,00	481,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,80	0,40	19,32	94,00	нет
	Итого:		30,39	44,06	140,72	1 085,97	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
24/2003	Салат Мазайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	60	0,86	5,15	5,57	72,16	варка
82/2015	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста)	250	1,80	4,92	10,93	103,75	варка
☉	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашивание
288/2017	Птица отварная к первому блюду (лук репчатый, соль, филе окорока куриное с/м б/к)	10	1,87	1,61		22,00	варка
268/2015	Биточки мясные с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	95	14,81	16,88	12,83	265,20	запекание
305/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,43	2,87	24,45	133,30	варка
156/2021 Пермь	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	50	1,50	1,30	5,00	37,50	варка
348/2015	Компот из апельсинов (апельсины, кислота лимонная, сахар)	200	0,18	0,04	16,60	68,50	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		28,69	34,54	106,00	862,95	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
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
82/2015	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста)	250	1,80	4,92	10,93	103,75	варка
☉	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашивание
288/2017	Птица отварная к первому блюду (лук репчатый, соль, филе окорока куриное с/м б/к)	10	1,87	1,61		22,00	варка
268/2015	Биточки мясные с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	110	16,50	22,20	14,32	326,00	запекание
305/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,43	2,87	24,45	133,30	варка
156/2021 Пермь	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	80	2,40	2,08	8,00	60,00	варка
348/2015	Компот из апельсинов (апельсины, кислота лимонная, сахар)	200	0,18	0,04	16,60	68,50	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		34,46	44,80	129,85	1 072,47	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
479 с/р	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	8,42	12,50	62,78	394,00	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,80	107,00	кипячение
	Итого:		14,22	17,50	72,58	801,00	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
479 с/р	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	10,62	17,16	93,68	573,58	выпекание
644/1ч	Молоко кипяченое	200	6,12	6,75	9,82	126,80	кипячение
	Итого:		16,74	23,92	103,50	700,38	

Приятного аппетита!

Инициал-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокинова

К.А. Федорова