

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Сбитнева

Меню (О, АР)

17.10.2023

Согласовано:
Директор МБОУ(АУ)

12.10.2023 г.

№ 10 2023 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
16/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
181/2007	Каша молочная из манной крупы с маслом сливочным (крупа 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	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
Ф	Печенье	60	3,80	9,00	33,00	230,50	нет
ГОСТ 31805-	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,60	нет
	Итого:		21,80	29,69	99,96	760,65	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
16/2007	Сыр	30	6,96	8,85		108,00	нет
376/1996	Поджарка из птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/м)	125	33,46	12,71	6,61	275,42	жаренье
305/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	4,44	5,83	46,67	256,91	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
Ф	Печенье	100	7,60	18,00	66,00	461,00	нет
ГОСТ 31805-	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Итого:		60,94	49,63	186,69	1 331,98	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
69/2007	Салат из моркови с яблоками (морковь, сахар, яблоки)	60	0,64	0,10	5,11	23,94	нет
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
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе окорка куриное с/м б/к)	10	1,87	1,81		22,00	варка
268/2015	Биточки мясные с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	96	14,81	16,88	12,83	265,20	запекание
156/2021	Овощи отварные (масло растительное, смесь овощная с/м, соль)	160	7,92	4,99	5,12	98,21	варка
360/2015	Кисель из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	19,55	97,05	варка
ГОСТ 31805-2015	Хлеб пшеничный	46	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		32,41	30,32	84,16	770,70	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
69/2007	Салат из моркови с яблоками (морковь, сахар, яблоки)	100	1,06	0,17	8,52	39,90	нет
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
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе окорка куриное с/м б/к)	10	1,87	1,81		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
156/2021	Овощи отварные (масло растительное, смесь овощная с/м, соль)	160	9,50	5,99	6,14	117,85	варка
360/2015	Кисель из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	19,55	97,05	варка
ГОСТ 31805-2015	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	86,80	нет
	Итого:		39,71	37,24	106,72	946,25	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
479 снр	Булочка Абрикосинка (булочки сухие, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	8,42	12,50	62,76	394,00	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		14,22	17,50	72,36	501,00	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
479 снр	Булочка Абрикосинка (булочки сухие, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	150	10,62	17,16	93,88	573,58	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		18,42	22,16	103,48	680,58	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий технолог:

Заведующий производством:

Сорокикова В.В.

Иващенко Е.С.