

Утверждено:

Начальник отдела

общественного питания

Н.А Сбитнева

Меню (О,АР)

18.10.2023

2023 г.

Согласовано:  
Директор МБОУ (АУ)

12.10.2023 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой
<b>Завтрак для 1-4 классов (160.26)</b>							
1/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b> (крупа манная, масло сливочное, молоко сгущенное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	32,05	23,09	45,55	517,96	запекание
338/2018	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
377/2007	<b>Чай с лимоном</b> (лимоны, сахар, чай вёсовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	<b>Итого:</b>		<b>35,44</b>	<b>30,80</b>	<b>83,74</b>	<b>758,96</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (236.06)</b>							
1/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2018	<b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b> (крупа манная, масло сливочное, молоко сгущенное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	43,16	30,58	55,21	721,50	запекание
338/2018	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
377/2007	<b>Чай с лимоном</b> (лимоны, сахар, чай вёсовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	<b>Итого:</b>		<b>46,55</b>	<b>38,27</b>	<b>104,40</b>	<b>962,50</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (240.42)</b>							
53/2007	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b> (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	60	1,01	2,51	4,97	46,74	варка
96/2007	<b>Рассольник Ленинградский</b> (картофель свежий, крупа перловая, лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорка куриное с/м б/к)	200	17,06	16,09	41,06	352,00	варка
ТИ 409/2006	<b>Компот из плодов свежемороженых</b> (лимонная кислота, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>28,33</b>	<b>26,44</b>	<b>120,38</b>	<b>853,34</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (259.17)</b>							
53/2007	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b> (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,68	4,18	6,29	77,90	варка
96/2007	<b>Рассольник Ленинградский</b> (картофель свежий, крупа перловая, лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорка куриное с/м б/к)	275	26,88	19,07	54,74	500,88	варка
ТИ 409/2006	<b>Компот из плодов свежемороженых</b> (лимонная кислота, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,65	0,53	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>41,43</b>	<b>31,62</b>	<b>153,03</b>	<b>1 111,53</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (52.47)</b>							
ТТК	<b>Ватрушка с вишней</b> (вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	6,04	3,36	52,70	263,84	выпекание
388/2007	<b>Кефир</b>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>11,84</b>	<b>9,76</b>	<b>60,70</b>	<b>381,84</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (52.47)</b>							
ТТК	<b>Ватрушка с вишней</b> (вишня с/м, дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	275	9,05	5,10	79,09	395,78	выпекание
388/2007	<b>Кефир</b>	200	5,80	6,40	8,00	118,00	нет
	<b>Итого:</b>		<b>14,85</b>	<b>11,50</b>	<b>87,09</b>	<b>513,78</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий технолог:

Заведующий производством:

В.В. Сороговикова

Е.С. Иващенко