

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,А,Р)
17.01.2024

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

С.В. Сорокина
И.В. Сорокина

10.01.2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименования и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс	ГМО и БАД не используются	
Завтрак для 1-4 классов (168.27)									
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	140	2,36	7,49	14,89	136,00	нет		
223/2007	Запеканка из творога с повидлом (крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	29,89	20,54	47,20	492,76	запекание		
338/2016	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет		
378/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/16	0,07	0,02	15,00	60,00	варка		
	Итого:		32,72	28,46	86,89	736,76			
Завтрак для 5-11 классов (247.86)									
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	140	2,36	7,49	14,89	136,00	нет		
223/2016	Запеканка из творога с повидлом (крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	230	35,33	24,34	53,96	580,09	запекание		
338/2016	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет		
378/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/16	0,07	0,02	15,00	60,00	варка		
	Итого:		38,16	32,25	93,64	823,09			
Обед для 1-4 классов (252.44)									
17/2003	Салат Бурячок (огорошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	90	0,96	5,09	4,73	68,00	варка		
98/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	260	2,02	5,09	11,98	107,25	варка		
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	-0,45	11,90	испечение		
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка		
173/2003	Котлеты Студенческие с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	95	14,22	18,88	14,24	298,98	запекание		
310/2016	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	160	2,86	4,32	23,01	142,36	варка		
348/2007	Компот из мандаринов (мандарины, сахар)	200	0,19	0,06	1,80	9,12	варка		
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	48	3,58	0,45	21,74	105,76	нет		
	Хлеб ржано-пшеничный	2720	2,86	0,63	16,83	85,80	нет		
	Итого:		29,39	37,12	94,78	841,15			
Обед для 5-11 классов (272.13)									
17/2003	Салат Бурячок (огорошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,60	8,48	7,88	113,33	варка		
98/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	260	2,02	5,09	11,98	107,25	варка		
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,80	испечение		
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка		
173/2003	Котлеты Студенческие с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	110	16,49	24,85	15,85	354,36	запекание		
310/2016	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	180	3,43	5,18	27,62	170,82	варка		
348/2007	Компот из мандаринов (мандарины, сахар)	200	0,19	0,06	1,80	9,12	варка		
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2730	4,74	0,67	28,98	141,00	нет		
	Хлеб ржано-пшеничный	2730	3,66	0,72	23,94	139,20	нет		
	Итого:		34,26	47,45	118,90	1 088,88			
Полдник для 1-4 классов (55.09)									
479 стр	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	8,42	12,50	62,76	394,00	выпекание		
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весовой черный)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	варка		
	Итого:		9,96	14,13	72,12	450,00			
Полдник для 5-11 классов (55.09)									
479 стр	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	160	10,62	17,16	93,88	573,58	выпекание		
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весовой черный)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	варка		
	Итого:		12,16	18,79	103,24	629,58			

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

С.В. Сорокина
К.А. Федорова