

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А. Ушакова

2024 г.

Меню (О)  
29.01.2024

Согласовано:  
Директор  
МБОУ (О)

2024 г.

| № блюда по Сводному меню                 | Наименование и краткая характеристика блюда  | Выход блюда | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энерг. ценность ккал | Основной тепловой процесс |
|--|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------------|---------------------------|
| <b>Завтрак для 1-4 классов (168.27)</b>  |  |             |              |              |               |                      |                           |
| 295/2016                                 | <b>Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным</b><br>(масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)                  | 95          | 13,21        | 25,39        | 13,35         | 335,00               | запекание                 |
| 309/2016                                 | <b>Макаронные изделия отварные</b><br>(макаронные изделия, масло сливочное, соль)  | 150         | 5,51         | 4,51         | 26,44         | 168,45               | варка                     |
| 376/2016                                 | <b>Чай с сахаром</b><br>(сахар, чай весомой черной)  | 200/16      | 0,07         | 0,02         | 15,00         | 60,00                | варка                     |
| 338/2016                                 | <b>Апельсины свежие</b>  | 100         | 0,90         | 0,20         | 8,10          | 43,00                | нет                       |
| ГОСТ 31805-2016                          | <b>Хлеб пшеничный</b>  | 30          | 2,37         | 0,33         | 14,49         | 70,50                | нет                       |
|  | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>  | 20          | 1,43         | 0,32         | 8,42          | 42,90                | нет                       |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>23,49</b> | <b>36,77</b> | <b>65,80</b>  | <b>719,85</b>        |                           |
| <b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b> |  |             |              |              |               |                      |                           |
| 295/2016                                 | <b>Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным</b><br>(масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)                  | 110         | 15,30        | 29,40        | 15,46         | 388,00               | запекание                 |
| 309/2016                                 | <b>Макаронные изделия отварные</b><br>(макаронные изделия, масло сливочное, соль)  | 180         | 6,61         | 5,41         | 31,73         | 202,14               | варка                     |
| 376/2016                                 | <b>Чай с сахаром</b><br>(сахар, чай весомой черной)  | 200/16      | 0,07         | 0,02         | 15,00         | 60,00                | варка                     |
| 338/2016                                 | <b>Апельсины свежие</b>  | 100         | 0,90         | 0,20         | 8,10          | 43,00                | нет                       |
| ГОСТ 31805-2016                          | <b>Хлеб пшеничный</b>  | 2/20        | 3,60         | 0,40         | 18,32         | 94,00                | нет                       |
|  | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>  | 20          | 1,43         | 0,32         | 8,42          | 42,90                | нет                       |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>27,91</b> | <b>36,75</b> | <b>66,93</b>  | <b>830,94</b>        |                           |
| <b>Обед для 1-4 классов (252.44)</b>     |  |             |              |              |               |                      |                           |
| 75/2007                                  | <b>Икра свекольная</b><br>(лук репчатый, масло растительное, сахар, свекла, соль, томатная паста)  | 60          | 1,42         | 0,06         | 13,72         | 111,18               | тушение                   |
| 102/2007                                 | <b>Суп картофельный с бобовыми</b><br>(борок тушеный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)                              | 250         | 5,48         | 5,27         | 16,53         | 148,25               | варка                     |
| 288/2017                                 | <b>Птица отварная</b><br>(лук репчатый, соль, филе окорока куриное с/м б/к)  | 10          | 1,87         | 1,61         |               | 22,00                | варка                     |
| 229/2016                                 | <b>Минтай тушеный в томате с овощами</b><br>(кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтай с/к с/м) | 150         | 14,83        | 7,43         | 5,70          | 157,50               | тушение                   |
| 305/2007                                 | <b>Рис припущенный</b><br>(крупа рисовая, масло сливочное, соль)   | 100         | 2,43         | 2,87         | 24,45         | 133,30               | варка                     |
| 156/2021                                 | <b>Овощи отварные</b><br>(масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)  | 80          | 1,50         | 1,30         | 5,00          | 37,50                | варка                     |
| 349/2016                                 | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br>(кислота лимонная, сахар, сухофрукты)  | 200         | 0,66         | 0,09         | 27,02         | 112,85               | варка                     |
|  | <b>Мороженое молочное</b>  | 70          | 2,73         | 2,40         | 20,86         | 101,60               | нет                       |
| ГОСТ 31805-2016                          | <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>35,72</b> | <b>21,80</b> | <b>143,44</b> | <b>972,83</b>        |                           |
| <b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>    |  |             |              |              |               |                      |                           |
| 75/2007                                  | <b>Икра свекольная</b><br>(лук репчатый, масло растительное, сахар, свекла, соль, томатная паста)  | 100         | 2,37         | 0,10         | 22,87         | 185,30               | тушение                   |
| 102/2007                                 | <b>Суп картофельный с бобовыми</b><br>(борок тушеный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)                              | 250         | 5,48         | 5,27         | 16,53         | 148,25               | варка                     |
| 288/2017                                 | <b>Птица отварная</b><br>(лук репчатый, соль, филе окорока куриное с/м б/к)  | 10          | 1,87         | 1,61         |               | 22,00                | варка                     |
| 229/2016                                 | <b>Минтай тушеный в томате с овощами</b><br>(кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтай с/к с/м) | 200         | 19,50        | 9,90         | 7,60          | 210,00               | тушение                   |
| 305/2007                                 | <b>Рис припущенный</b><br>(крупа рисовая, масло сливочное, соль)   | 100         | 2,43         | 2,87         | 24,45         | 133,30               | варка                     |
| 156/2021                                 | <b>Овощи отварные</b><br>(масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)  | 80          | 2,40         | 2,08         | 8,00          | 60,00                | варка                     |
| 349/2016                                 | <b>Компот из смеси сухофруктов</b><br>(кислота лимонная, сахар, сухофрукты)  | 200         | 0,66         | 0,09         | 27,02         | 112,85               | варка                     |
|  | <b>Мороженое молочное</b>  | 70          | 2,73         | 2,40         | 20,86         | 101,60               | нет                       |
| ГОСТ 31805-2016                          | <b>Хлеб пшеничный</b>  | 2/30        | 4,74         | 0,67         | 28,98         | 141,00               | нет                       |
|  | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>  | 2/20        | 2,86         | 0,63         | 16,83         | 85,80                | нет                       |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>45,08</b> | <b>25,62</b> | <b>173,14</b> | <b>1 200,10</b>      |                           |
| <b>Полдник для 1-4 классов (55.09)</b>   |  |             |              |              |               |                      |                           |
| 0  | <b>Печенье</b>   | 100         | 7,60         | 18,00        | 66,00         | 481,00               | нет                       |
| 386/2007                                 | <b>Коктейль молочный</b>   | 200         | 6,20         | 5,00         | 21,60         |                      | нет                       |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>13,80</b> | <b>23,00</b> | <b>87,60</b>  | <b>481,00</b>        |                           |
| <b>Полдник для 5-11 классов (55.09)</b>  |  |             |              |              |               |                      |                           |
| 0  | <b>Печенье</b>   | 150         | 11,40        | 27,00        | 99,00         | 691,50               | нет                       |
| 386/2007                                 | <b>Коктейль молочный</b>   | 200         | 6,20         | 5,00         | 21,60         |                      | нет                       |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>17,60</b> | <b>32,00</b> | <b>120,60</b> | <b>691,50</b>        |                           |

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокина

К.А. Федорова