

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,А,Р)

31.01.2024

2024 г.



2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Среднее количество на порцию			Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
224/2007	Запеканка из творога с морковью с молоком сгущенным (крупа манная, масло растительное, молоко, молоко сгущенное, морковь, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	27,40	20,30	45,40	496,00	запекание
338/2016	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай высшего черного)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
	Итого:		30,23	28,21	85,09	739,00	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
224/2007	Запеканка из творога с морковью с молоком сгущенным (крупа манная, масло растительное, молоко, молоко сгущенное, морковь, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	230	25,16	22,6	61,91	589,2	запекание
338/2016	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай высшего черного)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
	Итого:		30,23	28,21	85,09	739,00	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
17/2003	Салат Бурячок (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	80	0,96	5,09	4,73	68,00	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашивание
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	14,82	18,88	14,24	288,98	запекание
310/2016	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	180	2,86	4,32	23,01	142,35	варка
346/2007	Компот из мандаринов	200	0,19	0,05	1,80	9,12	варка
ГОСТ 31895-2018	Хлеб пшеничный	46	3,68	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,66	0,83	16,83	85,60	нет
	Итого:		29,39	37,12	94,78	841,15	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
17/2003	Салат Бурячок (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,60	8,48	7,88	113,33	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашивание
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	24,65	15,85	354,36	запекание
310/2016	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	180	3,43	5,18	27,62	170,82	варка
346/2007	Компот из мандаринов (мандарины, сахар)	200	0,19	0,05	1,80	9,12	варка
ГОСТ 31895-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,87	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/30	3,68	0,72	23,94	139,20	нет
	Итого:		34,25	47,45	118,50	1 068,98	
Полдник для 1-4 классов (55.09)							
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
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай высшего черного)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		9,42	12,50	85,18	454,00	
Полдник для 5-11 классов (55.09)							
479 с/р	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курава, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	275	10,62	17,16	93,88	573,58	выпекание
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай высшего черного)	200	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		11,62	17,16	116,28	663,58	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

С.В. Сорокинова
К.А. Федорова