

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А Ушакова

Меню (О,АР)
29.02.2024

2024 г.



№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
15/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
	Блинчики жареные (блинчики без начинки замор, масло растительное)	150		2,40		21,58	выпекание
618/2004	Соус шоколадный (какао порошок, молоко сгущенное, сахар)	30	1,71	1,61	13,87	77,38	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай в пакетиках)	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
388/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
•	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		14,45	15,25	71,09	481,86	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
15/2007	Сыр	30	6,96	8,85		108,00	нет
	Блинчики жареные (блинчики без начинки замор, масло растительное)	200		3,20		28,77	выпекание
618/2004	Соус шоколадный (какао порошок, молоко сгущенное, сахар)	50	2,85	2,68	23,12	128,97	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай в пакетиках)	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
388/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
•	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет
	Итого:		18,63	20,23	84,65	598,09	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
59/2007	Салат из моркови с яблоками (морковь, сахар, яблоки)	60	0,64	0,10	5,11	29,94	нет
98/2007	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
•	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашивание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
406/14	Сердце в соусе (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	75/75	23,41	8,29	8,18	172,34	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	160	5,51	4,51	26,44	168,46	варка
ТИ	Компот из плодов свежемороженых (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	46	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		39,82	18,74	114,08	819,33	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
59/2007	Салат из моркови с яблоками (морковь, сахар, яблоки)	100	1,06	0,17	8,52	39,90	нет
98/2007	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
•	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашивание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
406/14	Сердце в соусе (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	100/75	31,28	8,26	8,45	219,84	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,81	5,41	31,73	202,14	варка
ТИ	Компот из плодов свежемороженых (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		51,32	22,21	138,70	984,43	
Полдник для 1-4 классов (55.09)							
406/467/2018	Пирожки печеные с картофелем и луком (пирожки сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи)	100	6,30	3,64	40,82	222,00	выпекание
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
	Итого:		6,70	3,84	58,92	295,05	
Полдник для 5-11 классов (55.09)							
406/467/2018	Пирожки печеные с картофелем и луком (пирожки сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи)	275	7,50	6,69	50,40	281,90	выпекание
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
	Итого:		7,90	6,89	68,50	354,95	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

Сорокина
В.В Сорокина
Федорова
КА Федорова