

Утверждено:

Начальник отдела

общественного питания


 Н.А. Иванова

 Меню (О)
 09.11.2023

"02" 11 2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ


 О.В. Толстикова

2023 г.

ГМО и БАД не используются

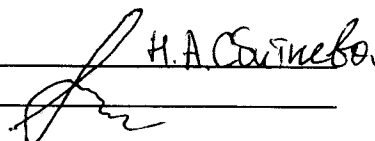
№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
70/2007	Огурцы свежие (огурцы свежие)	20	0,16	0,02	0,50	2,80	нет
234/2015	Котлеты рыбные из минтая с маслом (масло растительное, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	100	11,71	11,64	14,40	210,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай в/соевой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
386/2007	Йогурт фруктовый (йогурт 2,5% клубника/банан 0,2 кг пл/р стакан 1мл/з)	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
СТ 31805-2	Хлеб пшеничный (хлеб пшеничный)	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный (хлеб ржаной)	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		25,36	22,13	106,85	729,45	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
70/2007	Огурцы свежие (огурцы свежие)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	нет
234/2015	Котлеты рыбные из минтая с маслом (масло растительное, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	110	13,00	12,46	15,98	256,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай в/соевой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
386/2007	Йогурт фруктовый (йогурт 2,5% клубника/банан 0,2 кг пл/р стакан 1мл/з)	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
СТ 31805-2	Хлеб пшеничный (хлеб пшеничный)	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный (хлеб ржаной)	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		28,56	23,99	117,60	827,80	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
59/2007	Салат из моркови с яблоками (морковь, сахар, яблоки)	60	0,64	0,10	5,11	23,94	нет
99/2007	Суп из овощей (горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, леверный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
Ф	Сметана к первому блюду (сметана)	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
256/2007	Говядина тушеная (говядина с/м, леверный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	150	22,80	23,07	3,84	310,50	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка
СТ 31805-2	Хлеб пшеничный (хлеб пшеничный)	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный (хлеб ржаной)	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		37,65	36,05	90,12	836,74	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
59/2007	Салат из моркови с яблоками (морковь, сахар, яблоки)	100	1,06	0,17	8,52	39,90	нет
99/2007	Суп из овощей (горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, леверный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
Ф	Сметана к первому блюду (сметана)	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
256/2007	Говядина тушеная (говядина с/м, леверный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	175	31,72	36,75	3,82	472,23	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, сахар)	200			14,97	56,05	варка
СТ 31805-2	Хлеб пшеничный (хлеб пшеничный)	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный (хлеб ржаной)	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		60,70	51,23	114,45	1 126,27	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
406/470	Пирожки печеные с яблоками (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	100	3,98	2,28	47,20	225,20	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте (сок в асс-те т/л)	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		4,98	2,28	69,60	315,20	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
06/470/20	Пирожки печеные с яблоками (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	2/75	5,97	3,42	70,80	337,80	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте (сок в асс-те т/л)	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		6,97	3,42	93,20	427,80	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____

Ведущий специалист отдела бухгалтерии: _____

Заведующий производством: _____


 Н.А. Сусичева