

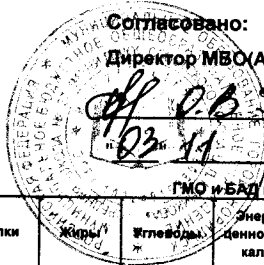
Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Умсанова
"02" 11 2023 г.

Меню (О)
10.11.2023

Согласовано:

Директор МБОУ (А)У "СШ №28"
О.В. Толочкова
"02" 11 2023 г.



ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
15/2007	Сыр <i>(сыр в ассортименте)</i>	20	4,64	5,90		72,00	нет
	Блинчики жареные со сгущенным молоком <i>(блинчики без начинки замор, масло сливочное, молоко сгущенное)</i>	180	2,17	4,53	16,67	116,35	выпекание
377/2007	Чай с лимоном <i>(лимоны, сахар, чай весовой черный)</i>	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие <i>(яблоки)</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный <i>(хлеб ржаной)</i>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		8,77	11,17	50,09	340,25	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
15/2007	Сыр <i>(сыр в ассортименте)</i>	30	6,96	8,85		108,00	нет
	Блинчики жареные со сгущенным молоком <i>(блинчики без начинки замор, масло сливочное, молоко сгущенное)</i>	230	2,18	5,19	16,68	122,34	выпекание
377/2007	Чай с лимоном <i>(лимоны, сахар, чай весовой черный)</i>	200/157	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Яблоки свежие <i>(яблоки)</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный <i>(хлеб ржаной)</i>	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет
	Итого:		11,82	14,94	54,31	403,69	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
67/2015	Винегрет овощной <i>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)</i>	60	0,84	6,02	4,37	75,06	варка
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем <i>(капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)</i>	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
241/2007	Говядина отварная <i>(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)</i>	10	2,00	0,98		16,80	варка
Ф	Сметана к первому блюду <i>(сметана)</i>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
406/14	Сердце в соусе <i>(лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)</i>	75/75	23,41	6,29	8,18	172,34	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	150	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
346/2015	Компот из апельсинов <i>(апельсины, кислота лимонная, сахар)</i>	200	0,18	0,04	16,60	68,50	варка
СТ 31805-2	Хлеб пшеничный <i>(хлеб пшеничный)</i>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный <i>(хлеб ржаной)</i>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		42,05	28,14	106,30	826,75	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
67/2015	Винегрет овощной <i>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)</i>	100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем <i>(капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)</i>	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
241/2007	Говядина отварная <i>(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)</i>	10	2,00	0,98		16,80	варка
Ф	Сметана к первому блюду <i>(сметана)</i>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
406/14	Сердце в соусе <i>(лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)</i>	100/75	31,28	8,26	9,45	219,64	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
346/2015	Компот из апельсинов <i>(апельсины, кислота лимонная, сахар)</i>	200	0,18	0,04	16,60	68,50	варка
СТ 31805-2	Хлеб пшеничный <i>(хлеб пшеничный)</i>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный <i>(хлеб ржаной)</i>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		54,80	33,98	133,88	1 050,99	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
2007/312/2	Пирожки печеные с капустой и луком <i>(пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)</i>	100	4,91	6,49	33,01	210,07	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое <i>(молоко)</i>	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		10,71	11,49	42,61	317,07	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
06/406/120	Пирожки печеные с капустой и луком <i>(пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)</i>	2/75	7,50	5,40	41,55	244,83	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое <i>(молоко)</i>	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		13,30	10,40	51,15	351,83	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____

Ведущий специалист отдела бухгалтерии: _____

Заведующий производством: _____

Н.А. Сидякина