

*О.А. Ушкова* (подпись)  
 (структурное подразделение)

Утверждено:  
 Начальник отдела  
 общественного питания

Н.А. Ушкова

Меню (О,АР)  
 08.09.2023

2023 г.

Согласовано:  
 Директор МБОУ(АУ)



2023 г.

| № блюда по Обществу питания              | Наименование и краткая характеристика блюда  | Выход блюда | Белки        | Жиры         | Углевод       | ГМО и БАД не используются |                   |
|--|--|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------|-------------------|
|  |  |             |              |              |               | Энерг. ценность, ккал     | Основной тепловой |
| <b>Завтрак для 1-4 классов (160.26)</b>  |  |             |              |              |               |                           |                   |
| 1/2007                                   | <b>Бутерброд с маслом</b><br>(масло сливочное, хлеб пшеничный)   | 1/40        | 2,36         | 7,49         | 14,89         | 136,00                    | нет               |
| 223/2007                                 | <b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b><br>(крупа манная, масло сливочное, молоко сгущенное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок) | 200         | 32,05        | 23,09        | 45,55         | 517,95                    | запекание         |
| 338/2018                                 | <b>Апельсины свежие</b>  | 50          | 0,45         | 0,10         | 4,05          | 21,50                     | нет               |
| 377/2007                                 | <b>Чай с лимоном</b><br>(лимоны, сахар, чай оосовой черный)  | 200/187     | 0,13         | 0,02         | 15,20         | 62,00                     | варка             |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>34,99</b> | <b>30,70</b> | <b>79,69</b>  | <b>737,46</b>             |                   |
| <b>Завтрак для 5-11 классов (236.06)</b> |  |             |              |              |               |                           |                   |
| 1/2007                                   | <b>Бутерброд с маслом</b><br>(масло сливочное, хлеб пшеничный)   | 1/40        | 2,36         | 7,49         | 14,89         | 136,00                    | нет               |
| 223/2018                                 | <b>Запеканка из творога с молоком сгущенным</b><br>(крупа манная, масло сливочное, молоко сгущенное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок) | 200         | 32,16        | 23,56        | 45,21         | 517,50                    | запекание         |
| 338/2018                                 | <b>Апельсины свежие</b>  | 50          | 0,45         | 0,10         | 4,05          | 21,50                     | нет               |
| 377/2007                                 | <b>Чай с лимоном</b><br>(лимоны, сахар, чай оосовой черный)  | 200/187     | 0,13         | 0,02         | 15,20         | 62,00                     | варка             |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>45,10</b> | <b>38,17</b> | <b>100,35</b> | <b>941,00</b>             |                   |
| <b>Обед для 1-4 классов (240.42)</b>     |  |             |              |              |               |                           |                   |
| 53/2007                                  | <b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b><br>(горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)                            | 60          | 1,01         | 2,51         | 4,97          | 46,74                     | варка             |
| 99/2007                                  | <b>Рассольник Ленинградский</b><br>(картофель свежий, крупа перловая, пшеничный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)    | 250         | 2,02         | 5,09         | 11,98         | 107,25                    | варка             |
| 241/2007                                 | <b>Сметана к первому блюду</b>   | 10          | 0,25         | 1,00         | 0,45          | 11,90                     | квашивание        |
| 241/2007                                 | <b>Говядина отварная к первому блюду</b><br>(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)  | 10          | 2,00         | 0,98         |               | 16,80                     | варка             |
| 293/2017                                 | <b>Птица жареная с маслом</b><br>(масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)  | 95          | 26,70        | 23,46        | 0,24          | 319,35                    | запекание         |
| 6/2021Пер                                | <b>Овощи отварные</b><br>(масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)  | 190         | 7,94         | 4,21         | 5,15          | 91,41                     | варка             |
| 14 409/200                               | <b>Компот из плодов свежемороженых</b><br>(кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)   | 200         | 1,00         |              | 31,76         | 170,00                    | варка             |
| СТ 31805-2                               | <b>Хлеб пшеничный</b>  | 46          | 3,58         | 0,45         | 21,74         | 105,75                    | нет               |
| 4  | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>  | 20          | 1,43         | 0,32         | 8,42          | 42,90                     | нет               |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>45,91</b> | <b>38,00</b> | <b>84,71</b>  | <b>912,06</b>             |                   |
| <b>Обед для 5-11 классов (259.17)</b>    |  |             |              |              |               |                           |                   |
| 53/2007                                  | <b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b><br>(горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)                            | 100         | 1,68         | 4,18         | 8,29          | 77,90                     | варка             |
| 99/2007                                  | <b>Рассольник Ленинградский</b><br>(картофель свежий, крупа перловая, пшеничный лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)    | 250         | 2,02         | 5,09         | 11,98         | 107,25                    | варка             |
| 241/2007                                 | <b>Сметана к первому блюду</b>   | 10          | 0,25         | 1,00         | 0,45          | 11,90                     | квашивание        |
| 241/2007                                 | <b>Говядина отварная к первому блюду</b><br>(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)  | 10          | 2,00         | 0,98         |               | 16,80                     | варка             |
| 293/2017                                 | <b>Птица жареная с маслом</b><br>(масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)  | 110         | 29,69        | 29,72        | 0,30          | 386,06                    | запекание         |
| 6/2021Пер                                | <b>Овощи отварные</b><br>(масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)  | 180         | 9,53         | 5,05         | 5,18          | 108,69                    | варка             |
| 14 409/200                               | <b>Компот из плодов свежемороженых</b><br>(кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)   | 200         | 1,00         |              | 31,76         | 170,00                    | варка             |
| СТ 31805-2                               | <b>Хлеб пшеничный</b>  | 2/30        | 4,74         | 0,67         | 28,98         | 141,00                    | нет               |
| 4  | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>  | 2/20        | 2,86         | 0,63         | 16,83         | 85,80                     | нет               |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>53,77</b> | <b>47,32</b> | <b>104,77</b> | <b>1 102,40</b>           |                   |
| <b>Полдник для 1-4 классов (52.47)</b>   |  |             |              |              |               |                           |                   |
| 410/2007                                 | <b>Ватрушка с повидлом</b><br>(дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)                               | 75          | 4,46         | 2,98         | 44,12         | 222,00                    | выпекание         |
| 338/2018                                 | <b>Яблоки свежие</b>   | 80          | 0,20         | 0,20         | 5,65          | 23,50                     | нет               |
| 386/2007                                 | <b>Кефир</b>   | 200         | 5,80         | 5,40         | 8,00          | 118,00                    | нет               |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>10,46</b> | <b>8,58</b>  | <b>57,77</b>  | <b>363,50</b>             |                   |
| <b>Полдник для 5-11 классов (52.47)</b>  |  |             |              |              |               |                           |                   |
| 410/2007                                 | <b>Ватрушка с повидлом</b><br>(дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)                               | 100         | 4,33         | 2,36         | 45,86         | 222,00                    | выпекание         |
| 338/2018                                 | <b>Яблоки свежие</b>   | 50          | 0,20         | 0,20         | 5,65          | 23,50                     | нет               |
| 386/2007                                 | <b>Кефир</b>   | 200         | 5,80         | 5,40         | 8,00          | 118,00                    | нет               |
|  | <b>Итого:</b>  |             | <b>10,33</b> | <b>8,96</b>  | <b>59,51</b>  | <b>363,50</b>             |                   |

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

*С.В. Сорокина*  
 С.В. Сорокина  
*К.А. Федорова*  
 К.А. Федорова