

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А Ушакова

Меню (О,АР)

16.11.2023

Согласовано:
директор МБОУ(АУ)

2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность в ккал	Основно й тепловой	ГМО и БАД не используются	
Завтрак для 1-4 классов (160.26)									
265/2007	Плов из говядины (говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	200	18,73	18,17	39,98	399,00	варка		
377/2007	Чай с лимоном (лимон, сахар, чай вешевой черной)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка		
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет		
Ф	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет		
	Итого:		21,14	18,74	96,87	641,02			
Завтрак для 5-11 классов (236.06)									
265/2007	Плов из говядины (говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	275	27,48	26,76	53,16	536,37	варка		
377/2007	Чай с лимоном (лимон, сахар, чай вешевой черной)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка		
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет		
Ф	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет		
	Итого:		29,89	27,33	109,85	779,39			
Обед для 1-4 классов (240.42)									
24/2003	Салат Мазайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	60	0,86	5,15	5,57	72,15	варка		
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (горох лущенный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь,	250	5,49	5,27	16,53	148,25	варка		
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка		
293/2017	Птица жареная с маслом (масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)	95	26,70	23,45	0,24	319,35	запекание		
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка		
ТИ 409/2006	Компот из плодов свежемороженых (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка		
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	Итого:		46,55	40,13	110,70	1 043,64			
Обед для 5-11 классов (259.17)									
24/2003	Салат Мазайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	100	1,43	8,58	9,29	120,22	варка		
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (горох лущенный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь,	250	5,49	5,27	16,53	148,25	варка		
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка		
293/2017	Птица жареная с маслом (масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)	110	29,69	29,72	0,30	389,06	запекание		
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка		
ТИ 409/2006	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:		53,82	51,26	135,42	1 272,27			
Полдник для 1-4 классов (52.47)									
406/467/2015	Пирожки печеные с картофелем и луком (дрожжи сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	6,30	3,64	40,92	222,00	выпекание		
385/2007	Молоко кипяченое (молоко)	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение		
	Итого:		12,1	8,64	50,52	329			
Полдник для 5-11 классов (52.47)									
406/467/2015	Пирожки печеные с картофелем и луком (дрожжи сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	7,50	6,69	50,40	291,90	выпекание		
385/2007	Молоко кипяченое (молоко)	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение		
	Итого:		13,3	11,69	60	398,9			

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В Сорокикова