

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н. А. Ушакова

Меню (АЦ)
21.11.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(А)У

" 16 " 2023 г.

" " 2023 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	1/60	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
327/2003	Каша молочная Дружба с маслом сливочным (крупа пшеничная, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	5,97	12,06	33,53	267,34	варка
503/2021	Какао с молоком и витаминами	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
Ф	Печенье	50	3,80	9,00	33,00	230,50	нет
	Итого:		18,82	34,08	106,47	815,33	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	1/60	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
327/2003	Каша молочная Дружба с маслом сливочным (крупа пшеничная, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	240	6,86	12,62	38,66	296,65	варка
503/2021	Какао с молоком и витаминами (какао напиток с витаминами 400г ооо палитра, молоко, сахар)	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
Ф	Печенье	50	3,80	9,00	33,00	230,50	нет
	Итого:		19,72	34,64	111,60	844,64	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	60	1,05	3,71	5,55	59,70	нет
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
163/2003	Котлеты Здоровье с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)	95	13,30	20,46	5,85	260,70	запекание
302/2015	Каша рисовая рассыпчатая (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	150	3,58	4,77	39,30	214,50	варка
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	19,55	97,05	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:		26,94	37,32	108,76	904,25	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	100	1,75	6,18	9,25	99,50	нет
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	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	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
163/2003	Котлеты Здоровье с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)	110	14,80	26,40	6,54	322,91	запекание
302/2015	Каша рисовая рассыпчатая (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	4,30	5,72	47,16	257,40	варка
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	19,55	97,05	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:		32,47	47,21	136,66	1 127,31	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
479 сгр	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курага, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	8,42	12,50	62,76	394,00	выпекание
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		14,96	17,50	96,36	600,00	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
479 сгр	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курага, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	150	10,62	17,16	93,88	573,58	выпекание
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		17,16	22,16	127,48	779,58	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Заведующий производством:

Н.А. Сбитнева

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (АЦ)
22.11.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

"16" 2023 г.

" " 2023 г.

ГМО и БАД не используются

№ 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 (160.26)							
1/2007	Бутерброд с маслом <i>(масло сливочное, хлеб пшеничный)</i>	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	Запеканка из творога с повидлом <i>(крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный)</i>	200	29,89	20,54	47,20	492,76	запекание
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай весовой черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
	Итого:		32,72	28,45	86,89	735,76	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
1/2007	Бутерброд с маслом <i>(масло сливочное, хлеб пшеничный)</i>	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2015	Запеканка из творога с повидлом <i>(крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный)</i>	260	41,12	28,04	69,06	698,10	запекание
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай весовой черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
	Итого:		43,95	35,95	108,75	941,10	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
24/2003	Салат Мазайка <i>(картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)</i>	60	0,86	5,15	5,57	72,15	варка
82/2015	Борщ с капустой и картофелем <i>(капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста)</i>	250	1,80	4,92	10,93	103,75	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	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
289/2007	Рагу из птицы <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)</i>	200	14,77	10,45	15,94	228,77	тушение
349/2015	Компот из смеси сухофруктов <i>(кислота лимонная, сахар, сухофрукты)</i>	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		26,76	23,67	98,48	737,77	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
24/2003	Салат Мазайка <i>(картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)</i>	100	1,43	8,58	9,29	120,22	варка
82/2015	Борщ с капустой и картофелем <i>(капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста)</i>	250	1,80	4,92	10,93	103,75	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	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
289/2007	Рагу из птицы <i>(картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)</i>	275	24,75	14,79	21,31	315,93	тушение
349/2015	Компот из смеси сухофруктов <i>(кислота лимонная, сахар, сухофрукты)</i>	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет
	Итого:		39,29	31,75	121,92	961,65	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
406/470	Пирожки печеные с яблоками <i>(дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный)</i>	100	3,98	2,28	47,20	225,20	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		4,98	2,28	69,60	315,20	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками <i>(дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный)</i>	275	5,97	3,42	70,80	337,80	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		6,97	3,42	93,20	427,80	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Н.А. Сбитнева

Заведующий производством:

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (АЦ)

24.11.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

2023 г.

2023 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
15/2007	Сыр	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
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай весовой черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
	Итого:		7,28	10,85	41,47	295,35	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
15/2007	Сыр	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
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай весовой черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
	Итого:		9,61	14,46	41,48	337,34	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
17/2003	Салат Бурячок <i>(горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)</i>	60	0,96	5,09	4,73	68,00	варка
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>(говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)</i>	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка
178/2003	Оладьи из печени по-кунцевски с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высший сорт, печень говяжья с/м,</i>	95	14,06	17,55	20,47	297,20	запекание
309/2015	Макаронные изделия отварные <i>(макаронные изделия, масло сливочное, соль)</i>	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой <i>(вишня с/м, кислота лимонная, сахар)</i>	200			14,97	56,05	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:		32,47	30,70	112,15	844,35	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
17/2003	Салат Бурячок <i>(горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)</i>	100	1,60	8,48	7,88	113,33	варка
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>(говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)</i>	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка
178/2003	Оладьи из печени по-кунцевски с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высший сорт, печень говяжья с/м,</i>	110	15,65	23,17	22,78	363,47	запекание
309/2015	Макаронные изделия отварные <i>(макаронные изделия, масло сливочное, соль)</i>	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой <i>(вишня с/м, кислота лимонная, сахар)</i>	200			14,97	56,05	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:		38,41	41,14	138,55	1 067,79	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
406/467/2015	Пирожки печеные с картофелем и луком <i>(дрожжи сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высший сорт, сахар, соль, яичный порошок)</i>	75	4,86	3,54	33,44	185,05	выпекание
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай весовой черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
	Итого:		4,93	3,56	48,44	245,05	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
406/467/2015	Пирожки печеные с картофелем и луком <i>(дрожжи сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высший сорт, сахар, соль, яичный порошок)</i>	2/75	7,50	6,69	50,40	291,90	выпекание
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай весовой черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
	Итого:		7,57	6,71	65,40	351,90	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Н.А. Сбитнева

Заведующий производством: