

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А Ушакова

**Меню (О, АР)  
21.11.2023**

Согласовано:  
Директор МБОУ(АУ)



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
<b>Завтрак для 1-4 классов (160.26)</b>							
3/2007	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>(масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)</i>	1/50	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
327/2003	<b>Каша молочная Дружба с маслом сливочным</b> <i>(крупа пшеничная, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль)</i>	210	5,97	12,06	33,53	267,34	варка
503/2021	<b>Какао с молоком и витаминами</b> <i>(какао напиток с витаминами, молоко, сахар)</i>	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
847/2011	<b>Мандарины свежие</b>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
Ф	<b>Печенье</b>		19,22	33,88	104,17	806,33	
	<b>Итого:</b>						
<b>Завтрак для 5-11 классов (236.06)</b>							
3/2007	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>(масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)</i>	1/50	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
327/2003	<b>Каша молочная Дружба с маслом сливочным</b> <i>(крупа пшеничная, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль)</i>	240	6,86	12,62	38,66	296,65	варка
503/2021	<b>Какао с молоком и витаминами</b> <i>(какао напиток с витаминами, молоко, сахар)</i>	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
338/2015	<b>Мандарины свежие</b>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
Ф	<b>Печенье</b>		20,12	34,44	109,30	835,64	
	<b>Итого:</b>						
<b>Обед для 1-4 классов (240.42)</b>							
42/2015	<b>Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком</b> <i>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)</i>	60	1,05	3,71	5,55	59,70	нет
88/2015	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> <i>(капуста свежая, картофель свежий, павловый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)</i>	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Ф	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	<b>Птица отварная</b> <i>(лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)</i>	10	1,87	1,61		22,00	варка
163/2003	<b>Котлеты Здоровье с маслом</b> <i>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)</i>	95	13,30	20,46	5,85	260,70	запекание
302/2015	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b> <i>(крупа рисовая, масло сливочное, соль)</i>	150	3,58	4,77	39,30	214,50	варка
350/2015	<b>Кисель из вишни свежемороженой</b> <i>(вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)</i>	200	0,13	0,05	19,55	97,05	варка
СТ 31805-2	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Ф	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>		26,94	37,32	108,76	904,25	
	<b>Итого:</b>						
<b>Обед для 5-11 классов (259.17)</b>							
42/2015	<b>Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком</b> <i>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)</i>	100	1,75	6,18	9,25	99,50	нет
88/2015	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> <i>(капуста свежая, картофель свежий, павловый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)</i>	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
288/2017	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	1,87	1,61		22,00	варка
Ф	<b>Птица отварная</b> <i>(лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)</i>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
163/2003	<b>Котлеты Здоровье с маслом</b> <i>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)</i>	110	14,80	26,40	6,54	322,91	запекание
302/2015	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b> <i>(крупа рисовая, масло сливочное, соль)</i>	180	4,30	5,72	47,16	257,40	варка
350/2015	<b>Кисель из вишни свежемороженой</b> <i>(вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)</i>	200	0,13	0,05	19,55	97,05	варка
СТ 31805-2	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
Ф	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		32,47	47,21	136,66	1 127,31	
<b>Полдник для 1-4 классов (52.47)</b>							
479 спр	<b>Булочка Абрикосинка</b> <i>(дрожжи сухие, курага, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)</i>	100	8,42	12,50	62,76	394,00	выпекание
386/2007	<b>Йогурт фруктовый</b>	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	<b>Итого:</b>		14,96	17,50	96,36	600,00	
<b>Полдник для 5-11 классов (52.47)</b>							
479 спр	<b>Булочка Абрикосинка</b> <i>(дрожжи сухие, курага, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)</i>	150	10,62	17,16	93,88	573,58	выпекание
386/2007	<b>Йогурт фруктовый</b>	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	<b>Итого:</b>		17,16	22,16	127,48	779,58	

**Приятного аппетита!**

Н.А. Сбитнева

Инженер-технолог: \_\_\_\_\_  
Ведущий специалист отдела бухгалтерии: \_\_\_\_\_  
Заведующий производством: \_\_\_\_\_