

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (АМ)
19.12.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(А)У



" 19.12.2023 г.

12.12.2023 г.

ТМС и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Энерг. ценность, калл	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
258/2007	Говядина духовая (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	200	20,54	10,65	19,67	259,47	тушение
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весомой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
Ф	Печенье	50	3,80	9,00	33,00	230,50	нет
Ф	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		29,01	20,52	98,08	701,37	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
258/2007	Говядина духовая (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	260	24,45	24,26	23,00	324,00	тушение
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весомой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
Ф	Печенье	50	3,80	9,00	33,00	230,50	нет
Ф	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		34,15	34,20	106,24	789,40	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
24/2003	Салат Мозаика (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	60	0,86	5,15	5,57	72,15	варка
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
163/2003	Котлеты "Здоровье" (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)	90	13,28	16,33	5,81	223,30	запекание
302/2015	Каша рисовая рассыпчатая (крупа рисовая, масло растительное, соль)	150	3,99	5,81	42,18	237,01	варка
504/2021	Кисель с витаминами (кисель с витаминами)	200					варка
Ф	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		26,76	34,63	91,63	792,85	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
24/2003	Салат Мозаика (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	100	1,43	8,58	9,29	120,22	варка
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
163/2003	Котлеты "Здоровье" (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, хлеб пшеничный, яйцо куриное)	100	15,77	19,07	6,52	260,67	запекание
302/2015	Каша рисовая рассыпчатая (крупа рисовая, масло растительное, соль)	180	4,79	6,98	50,62	284,41	варка
504/2021	Кисель с витаминами (кисель с витаминами)	200					варка
Ф	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		33,23	42,48	120,13	1 003,85	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
282/2001	Булочка Домашняя (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	7,55	16,15	62,81	426,59	выпекание
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весомой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	Итого:		7,68	16,17	78,01	488,59	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
282/2001	Булочка Домашняя (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	11,32	24,11	94,22	638,77	выпекание
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весомой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	Итого:		11,45	24,13	109,42	700,77	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

Г.Д. Муратова

К.А. Федорова

(Handwritten signatures and initials)