

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А Ушакова

Меню (О,АЦ)

22.02.2024

2024 г.

Согласовано:

Директор
МБОУ ОАУ

2024 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, кДж	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
227/2003	Котлеты рыбные Любительские с маслом (лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный, яичный)	100	2,69	16,13	10,25	197,46	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,07	4,80	20,44	137,26	варка
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2016	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	79,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		10,03	22,00	78,40	555,11	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
227/2003	Котлеты рыбные Любительские с маслом (лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный, яичный)	110	2,98	17,00	11,38	211,10	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2016	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		12,16	23,90	88,45	619,70	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
67/2016	Винегрет овощной (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	60	0,84	6,02	4,37	75,06	варка
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	250	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
461/2004	Тефтели из говядины с соусом томатным (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	165	12,76	17,31	18,67	281,76	тушение
305/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,43	2,87	24,45	133,30	варка
156/2021	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	60	1,50	1,30	5,00	37,50	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	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:		27,47	32,92	118,21	889,67	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
67/2016	Винегрет овощной (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	250	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
461/2004	Тефтели из говядины с соусом томатным (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	195	16,81	21,86	23,24	357,27	тушение
305/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,43	2,87	24,45	133,30	варка
156/2021	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	80	2,40	2,08	8,00	60,00	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	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:		35,89	42,80	144,36	1115,77	
Полдник для 1-4 классов (55.09)							
406/2007 12/2001	Пирожки печеные с капустой и луком (пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	4,91	6,49	33,01	210,07	выпекание
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	Итого:		5,04	6,51	48,21	272,07	
Полдник для 5-11 классов (55.09)							
406/406/12 015	Пирожки печеные с капустой и луком (пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	275	7,50	5,40	41,55	244,83	выпекание
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	Итого:		7,63	5,42	56,75	306,83	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В Сорокикова

КА Федорова