

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А Ушакова

Меню (Д)  
01.02.2024Согласовано:  
Директор  
МБОУ(АУ)

"25" 01 2024 г.

" " 2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс	ГМО и БАД не используются	
<b>Завтрак для 1-4 классов (168.27)</b>									
406/14	<b>Сердце в соусе без муки</b> (лауровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	75/75	23,00	6,24	5,52	159,65	тушение		
302/2007	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,60	6,09	38,64	243,75	варка		
377/2007	<b>Чай с лимоном без сахара</b> (лимона, чай весовой черный)	200/7	0,06	0,01	0,21	2,39	варка		
338/2015	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет		
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет		
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	<b>Итого:</b>		<b>35,87</b>	<b>13,39</b>	<b>77,08</b>	<b>566,19</b>			
<b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b>									
406/14	<b>Сердце в соусе без муки</b> (лауровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	100/75	30,87	8,21	6,80	206,95	тушение		
302/2007	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка		
377/2007	<b>Чай с лимоном без сахара</b> (лимона, чай весовой черный)	200/7	0,06	0,01	0,21	2,39	варка		
338/2015	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет		
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет		
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет		
	<b>Итого:</b>		<b>47,40</b>	<b>16,81</b>	<b>95,13</b>	<b>707,19</b>			
<b>Обед для 1-4 классов (252.44)</b>									
62/2007	<b>Салат из моркови</b> (морковь)	60	0,79	0,06	4,18	21,21	нет		
88/2015	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> (капуста свежая, картофель свежий, лауровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	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		
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка		
265/2007	<b>Плов из говядины</b> (говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	200	18,73	18,17	39,98	398,00	варка		
ТИ 409/2006	<b>Компот из плодов свежемороженых</b> (кислота лимонная, смесь компотная с/м)	200	0,20	0,08	1,47	8,85	варка		
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет		
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	<b>Итого:</b>		<b>28,73</b>	<b>26,01</b>	<b>84,14</b>	<b>695,16</b>			
<b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>									
62/2007	<b>Салат из моркови</b> (морковь)	100	1,31	0,10	6,97	35,35	нет		
88/2015	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> (капуста свежая, картофель свежий, лауровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	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		
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка		
265/2007	<b>Плов из говядины</b> (говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	275	27,48	26,76	53,16	536,37	варка		
ТИ 409/2006	<b>Компот из плодов свежемороженых</b> (кислота лимонная, смесь компотная с/м)	200	0,20	0,08	1,47	8,85	варка		
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет		
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет		
	<b>Итого:</b>		<b>40,61</b>	<b>35,17</b>	<b>115,76</b>	<b>925,82</b>			
<b>Полдник для 1-4 классов (55.09)</b>									
338/2015	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет		
349/2007	<b>Компот из смеси сухофруктов без сахара</b> (кислота лимонная, сухофрукты)	200	0,44	0,02	11,81	47,25	варка		
	<b>Итого:</b>		<b>1,34</b>	<b>0,22</b>	<b>19,91</b>	<b>90,25</b>			
<b>Полдник для 5-11 классов (55.09)</b>									
338/2015	<b>Апельсины свежие</b>	150	1,34	0,30	12,14	64,50	нет		
349/2007	<b>Компот из смеси сухофруктов без сахара</b> (кислота лимонная, сухофрукты)	200	0,44	0,02	11,81	47,25	варка		
	<b>Итого:</b>		<b>1,78</b>	<b>0,32</b>	<b>23,95</b>	<b>111,75</b>			

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокикова

К.А. Федорова

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А Ушакова

Меню (Д)  
02.02.2024

Согласовано:

Директор МБОУ(А)У

"25" 01. 2024 г.

" " 2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ГМО и БАД не используются	
						Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
<b>Завтрак для 1-4 классов (168.27)</b>							
227/2007	<b>Минтай припущенный с маслом</b> (лук репчатый, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м)	100	15,42	8,12	0,84	138,00	припускание
312/2007	<b>Пюре картофельное</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
376/2007	<b>Чай без сахара</b> (чай весовой черный)	200			0,00	0,01	варка
338/2015	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>22,69</b>	<b>13,97</b>	<b>53,99</b>	<b>435,66</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b>							
227/2007	<b>Минтай припущенный с маслом</b> (лук репчатый, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м)	110	17,12	8,22	0,92	146,00	припускание
312/2007	<b>Пюре картофельное</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
376/2007	<b>Чай без сахара</b> (чай весовой черный)	200			0,00	0,01	варка
338/2015	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>26,23</b>	<b>15,10</b>	<b>62,99</b>	<b>494,61</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (252.44)</b>							
46/2007	<b>Салат из белокочанной капусты с яблоками</b> (капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	60	0,22	3,07	5,33	50,37	нет
97/2007	<b>Суп картофельный</b> (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	2,17	2,95	17,07	103,41	варка
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
376/1996	<b>Поджарка из птицы</b> (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/м)	100	25,38	12,06	6,47	236,72	жаренье
302/2007	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
384/2003	<b>Компот из вишни свежемороженой без сахара</b> (вишня с/м, кислота лимонная)	200	0,18	0,08	2,21	9,25	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		<b>43,40</b>	<b>26,63</b>	<b>99,89</b>	<b>814,15</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>							
46/2007	<b>Салат из белокочанной капусты с яблоками</b> (капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	100	0,37	5,12	8,89	83,95	нет
97/2007	<b>Суп картофельный</b> (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	2,17	2,95	17,07	103,41	варка
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
376/1996	<b>Поджарка из птицы</b> (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/м)	125	33,46	12,71	6,61	275,42	жаренье
302/2007	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
384/2003	<b>Компот из вишни свежемороженой без сахара</b> (вишня с/м, кислота лимонная)	200	0,18	0,08	2,21	9,25	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>55,96</b>	<b>31,08</b>	<b>126,96</b>	<b>1 013,32</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (55.09)</b>							
171/2015	<b>Каша рисовая рассыпчатая с молоком</b> (крупа рисовая, молоко, соль)	300	8,36	5,59	47,38	274,55	варка
	<b>Итого:</b>		<b>8,36</b>	<b>5,59</b>	<b>47,38</b>	<b>274,55</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (55.09)</b>							
171/2015	<b>Каша рисовая рассыпчатая с молоком</b> (крупа рисовая, молоко, соль)	350	9,75	6,52	55,28	320,32	варка
	<b>Итого:</b>		<b>9,75</b>	<b>6,52</b>	<b>55,28</b>	<b>320,32</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В Сороковикова

К.А Федорова

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (Д)

03.02.2024

Согласовано:  
Директор  
МБОУ(А)У

"25" 01 2024 г.

2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основной тепловой процесс	ГМО и БАД не используются	
<b>Завтрак для 1-4 классов (168.27)</b>									
289/2007	<b>Рагу из птицы без муки</b> (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	200	18,03	11,50	18,55	254,90	тушение		
377/2007	<b>Чай с лимоном без сахара</b> (лимоны, чай весовой черный)	200/7	0,06	0,01	0,21	2,39	варка		
338/2015	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет		
ГОСТ 31805- 2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет		
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	<b>Итого:</b>		<b>22,79</b>	<b>12,36</b>	<b>49,77</b>	<b>413,69</b>			
<b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b>									
289/2007	<b>Рагу из птицы без муки</b> (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	275	26,63	15,67	24,79	354,38	тушение		
377/2007	<b>Чай с лимоном без сахара</b> (лимоны, чай весовой черный)	200/7	0,06	0,01	0,21	2,39	варка		
338/2015	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет		
ГОСТ 31805- 2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет		
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет		
	<b>Итого:</b>		<b>32,63</b>	<b>16,60</b>	<b>60,85</b>	<b>536,67</b>			
<b>Обед для 1-4 классов (252.44)</b>									
53/2007	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b> (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	60	1,01	2,51	4,97	46,74	варка		
104/2017	<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b> (говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка		
254/2007	<b>Печень жареная без муки с маслом сливочным</b> (масло растительное, масло сливочное, печень говяжья с/м, соль)	95	18,54	12,00	5,52	205,18	запекание		
321/2015	<b>Капуста тушеная /без муки/</b> (капуста свежая, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, томатная паста)	150	0,34	4,36	3,69	55,53	тушение		
348/2007	<b>Компот из кураги без сахара</b> (кислота лимонная, курага)	200	1,04	0,06	10,21	46,45	варка		
ГОСТ 31805- 2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет		
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет		
	<b>Итого:</b>		<b>34,30</b>	<b>22,79</b>	<b>78,35</b>	<b>651,45</b>			
<b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>									
53/2007	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b> (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,68	4,18	8,29	77,90	варка		
104/2017	<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b> (говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка		
254/2007	<b>Печень жареная без муки с маслом сливочным</b> (масло растительное, масло сливочное, печень говяжья с/м, соль)	110	22,15	17,31	6,62	272,05	запекание		
321/2015	<b>Капуста тушеная без муки</b> (капуста свежая, кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, томатная паста)	180	0,40	5,23	4,42	66,62	тушение		
348/2007	<b>Компот из кураги без сахара</b> (кислота лимонная, курага)	200	1,04	0,06	10,21	46,45	варка		
ГОСТ 31805- 2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет		
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет		
	<b>Итого:</b>		<b>40,62</b>	<b>30,96</b>	<b>97,85</b>	<b>849,22</b>			
<b>Полдник для 1-4 классов (55.09)</b>									
338/2015	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет		
ТИ 409/2006	<b>Компот из плодов свежемороженых</b> (кислота лимонная, смесь компотная с/м)	200	0,20	0,08	1,47	8,85	варка		
	<b>Итого:</b>		<b>0,60</b>	<b>0,48</b>	<b>11,27</b>	<b>55,85</b>			
<b>Полдник для 5-11 классов (55.09)</b>									
338/2015	<b>Яблоки свежие</b>	150	0,60	0,60	14,70	70,50	нет		
ТИ 409/2006	<b>Компот из плодов свежемороженых</b> (кислота лимонная, смесь компотная с/м)	200	0,20	0,08	1,47	8,85	варка		
	<b>Итого:</b>		<b>0,80</b>	<b>0,68</b>	<b>16,17</b>	<b>79,35</b>			

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокикова

К.А. Федорова