

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О, АР, АЦ)

28.02.2025

2025 г.

Согласовано:

Директор МБОУ (АУ)

28.02.2025

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 (180,00)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	75	5,80	7,37		90,99	нет
679/1996	Блинчики жареные с маслом (блинчики с/м б/начинки, масло растительное, масло сливочное)	110	0,05	9,85	0,08	89,18	выпекание
АП	Повидло	20	0,08	0,02	13,00	50,00	нет
	Ежевика с сиропом (ежевика с/м, кислота лимонная, сахар)	100	0,00	0,00	19,46	77,82	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200					нет
376/2007	Чай без сахара (чай весомой черный)	200			0,00	0,01	варка
	Итого:		5,93	17,24	32,55	308,00	
Завтрак для 5-11 классов (265,20)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	75	5,80	7,37		90,99	нет
399/2005	Блинчики жареные с маслом (блинчики с/м б/начинки, масло растительное, масло сливочное)	160	0,05	10,65	0,08	96,38	выпекание
АП	Повидло	30	0,12	0,03	19,50	75,00	нет
	Ежевика с сиропом (ежевика с/м, кислота лимонная, сахар)	100	0,00	0,00	19,46	77,82	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200					нет
376/2007	Чай без сахара (чай весомой черный)	200			0,00	0,01	варка
	Итого:		5,97	18,05	39,05	340,20	
Обед для 1-4 классов (270,12)							
45/2007	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	60	0,79	1,95	3,88	36,24	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	1,91	5,35	13,83	111,24	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
АП	Сметана	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
362/2021	Жаркое из сердца (картофель свежий, лук репчатый, морковь, сердце говяжье с/м, соль)	200	15,40	2,60	14,50	144,00	тушение
409/ТИ 2006	Компот из плодов свежемороженых (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	0,20	0,08	16,44	68,70	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:		25,54	12,73	79,26	537,53	
Обед для 5-11 классов (291,18)							
45/2007	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	100	1,31	3,25	6,47	60,40	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	1,91	5,35	13,83	111,24	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
АП	Сметана	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
362/2021	Жаркое из сердца (картофель свежий, лук репчатый, морковь, сердце говяжье с/м, соль)	250	19,25	3,25	18,12	180,00	тушение
409/ТИ 2006	Компот из плодов свежемороженых (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	0,20	0,08	16,44	68,70	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	26,96	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,66	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		32,52	15,21	101,12	675,84	
Полдник для 1-4 классов (60,60)							
АП	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весомой черный)	207	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		5,29	9,63	42,86	276,00	
Полдник для 5-11 классов (70,70)							
АП	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
	Джем фруктовый порционный 20г	20	0,10		13,76	53,00	нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай весомой черный)	207	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		5,39	9,63	56,62	329,00	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Шапошникова Е.В.

Федорова К.А.