

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

2025 г.

Меню (О, АР)
18.01.2025

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

Ф.И.О. Директора
"10" 01 2025 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
Завтрак для 1-4 классов (180.00)							
297/2007	Фрикадельки из птицы с маслом (масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	95	18,87	11,48	7,44	213,80	варка
156/2021П ермь	Овощи отварные (масло растительное, смесь овощная с/м, соль)	150	7,92	4,99	5,12	98,21	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		31,62	17,34	58,77	530,40	
Завтрак для 5-11 классов (265.20)							
297/2007	Фрикадельки из птицы с маслом (масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	20,99	16,42	8,30	270,80	варка
156/2021П ермь	Овощи отварные (масло растительное, смесь овощная с/м, соль)	180	9,50	5,99	6,14	117,85	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	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:		36,56	23,35	65,48	630,55	
Обед для 1-4 классов (270.12)							
17/2003	Салат из свеклы с зел/горошком и яблоками (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	60	0,96	5,09	4,73	68,00	нет
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (овяжина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	7,45	6,98	16,41	158,22	варка
260/2007	Гуляш из говядины (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	150	22,90	23,60	4,24	320,94	тушение
305/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	150	3,70	4,86	38,89	214,10	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, сахар)	200	0,18	0,08	17,18	69,10	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:		40,18	41,38	111,81	979,01	
Обед для 5-11 классов (291.18)							
17/2003	Салат из свеклы с зел/горошком и яблоками (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,60	8,48	7,88	113,33	нет
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (овяжина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	7,45	6,98	16,41	158,22	варка
260/2007	Гуляш из говядины (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	200	30,41	32,37	5,65	435,47	тушение
305/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	4,44	5,83	46,67	256,91	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, сахар)	200	0,18	0,08	17,18	69,10	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:		51,68	55,04	139,60	1259,83	
Полдник для 1-4 классов (60.60)							
406/2007/7 14/1996	Пирожки печеные с печенью и луком (пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	100	13,96	6,53	35,86	258,42	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		19,76	11,53	45,46	365,42	
Полдник для 5-11 классов (70.70)							
406/2007/7 14/1996	Пирожки печеные с печенью и луком (пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	150	18,82	8,47	62,65	402,50	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		24,62	13,47	72,25	509,50	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Шапошникова Е.В.

Федорова К.А.