

**Общество с ограниченной ответственностью "ПроСервис Таймыр"**

(организация)

(структурное подразделение)

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Ушакова Н.А.

**Меню (О, АЦ)  
24.01.2025**

Согласовано:  
Директор МБОУ

"Сел. 27"  
Ф. Бибикова О.В.

№ 01 2025 г.

2025 г.

| № блюда по Сборнику рецептур             | Наименование и краткая характеристика блюда   | Выход блюда | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энерг. ценность, ккал | Основной тепловой процесс |
|--|---|-------------|--------------|--------------|---------------|-----------------------|---------------------------|
| <b>Завтрак для 1-4 классов (180,00)</b>  |   |             |              |              |               |                       |                           |
| 71/2011                                  | <b>Огурцы свежие</b>  | 20          | 0,14         | 0,02         | 0,28          | 2,40                  | нет                       |
| 234/2015                                 | <b>Котлеты рыбные из минтая с маслом</b><br><i>(масло растительное, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)</i>                                 | 100         | 3,01         | 15,15        | 13,03         | 200,86                | запекание                 |
| 312/2007                                 | <b>Пюре картофельное</b><br><i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</i>  | 180         | 3,07         | 4,80         | 20,44         | 137,25                | варка                     |
| 376/2015                                 | <b>Чай с сахаром</b><br><i>(сахар, чай вёсевой чёрный)</i>  | 200/15      | 0,07         | 0,02         | 15,00         | 60,00                 | 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>10,48</b> | <b>21,04</b> | <b>61,48</b>  | <b>680,93</b>         |                           |
| <b>Завтрак для 5-11 классов (285,20)</b> |   |             |              |              |               |                       |                           |
| 71/2011                                  | <b>Огурцы свежие</b>  | 30          | 0,21         | 0,03         | 0,42          | 3,60                  | нет                       |
| 234/2015                                 | <b>Котлеты рыбные из минтая с маслом</b><br><i>(масло растительное, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)</i>                                 | 110         | 3,34         | 16,25        | 14,47         | 217,89                | запекание                 |
| 312/2007                                 | <b>Пюре картофельное</b><br><i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</i>  | 180         | 3,68         | 5,76         | 24,53         | 164,70                | варка                     |
| 376/2015                                 | <b>Чай с сахаром</b><br><i>(сахар, чай вёсевой чёрный)</i>  | 200/15      | 0,07         | 0,02         | 15,00         | 60,00                 | 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>12,73</b> | <b>23,18</b> | <b>91,96</b>  | <b>830,09</b>         |                           |
| <b>Обед для 1-4 классов (270,12)</b>     |   |             |              |              |               |                       |                           |
| 40/2003                                  | <b>Салат витаминный с маслом растительным</b><br><i>(капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)</i>                        | 60          | 0,19         | 3,07         | 5,16          | 49,51                 | нет                       |
| 98/2007                                  | <b>Суп из овощей</b><br><i>(горошек зелёный консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</i> | 250         | 1,59         | 4,99         | 9,15          | 95,25                 | варка                     |
| 288/2017                                 | <b>Птица отварная</b><br><i>(лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)</i>   | 10          | 3,24         | 0,26         | 0,09          | 15,64                 | варка                     |
| АП                                       | <b>Сметана</b>  | 10          | 0,25         | 1,00         | 0,45          | 11,90                 | кипячение                 |
| 285/2007                                 | <b>Плов из говядины</b><br><i>(говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, помидорная паста)</i>                                  | 200         | 18,73        | 18,17        | 39,88         | 398,56                | тушение                   |
| 387/2003                                 | <b>Компот из клубники свежемороженой</b><br><i>(кислота лимонная, клубника с/м, сахар)</i>  | 200         | 0,40         | 0,20         | 18,10         | 73,05                 | 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>29,38</b> | <b>28,48</b> | <b>103,09</b> | <b>792,56</b>         |                           |
| <b>Обед для 5-11 классов (291,18)</b>    |   |             |              |              |               |                       |                           |
| 40/2003                                  | <b>Салат витаминный с маслом растительным</b><br><i>(капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)</i>                        | 100         | 0,32         | 5,11         | 8,60          | 82,52                 | нет                       |
| 98/2007                                  | <b>Суп из овощей</b><br><i>(горошек зелёный консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</i> | 250         | 1,59         | 4,99         | 9,15          | 95,25                 | варка                     |
| 288/2017                                 | <b>Птица отварная</b><br><i>(лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)</i>   | 10          | 3,24         | 0,26         | 0,09          | 15,64                 | варка                     |
| АП                                       | <b>Сметана</b>  | 10          | 0,25         | 1,00         | 0,45          | 11,90                 | кипячение                 |
| 285/2007                                 | <b>Плов из говядины</b><br><i>(говядина с/м, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, помидорная паста)</i>                                  | 275         | 27,47        | 26,75        | 53,16         | 563,38                | тушение                   |
| 387/2003                                 | <b>Компот из клубники свежемороженой</b><br><i>(кислота лимонная, клубника с/м, сахар)</i>  | 200         | 0,40         | 0,20         | 18,10         | 73,05                 | 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        | 2,96         | 0,63         | 16,63         | 85,80                 | нет                       |
|  | <b>Итого:</b>   |             | <b>40,87</b> | <b>38,61</b> | <b>135,36</b> | <b>1 088,64</b>       |                           |
| <b>Полдник для 1-4 классов (60,60)</b>   |   |             |              |              |               |                       |                           |
| АП                                       | <b>Печенье</b>  | 50          | 3,75         | 8,00         | 33,50         | 220,00                | нет                       |
| 386/2007                                 | <b>Йогурт фруктовый</b>   | 200         |              |              |               |                       | нет                       |
| 431/2003                                 | <b>Чай с молоком</b><br><i>(молоко, сахар, чай вёсевой чёрный)</i>  | 207         | 1,54         | 1,63         | 9,36          | 56,00                 | варка                     |
|  | <b>Итого:</b>   |             | <b>5,29</b>  | <b>9,63</b>  | <b>42,86</b>  | <b>276,00</b>         |                           |
| <b>Полдник для 5-11 классов (70,70)</b>  |   |             |              |              |               |                       |                           |
| АП                                       | <b>Печенье</b>  | 50          | 3,75         | 8,00         | 33,50         | 220,00                | нет                       |
| 471/2021                                 | <b>Молоко сгущенное</b>   | 20          | 1,44         | 1,70         | 11,20         | 65,95                 | нет                       |
| 386/2007                                 | <b>Йогурт фруктовый</b>   | 200         |              |              |               |                       | нет                       |
| 431/2003                                 | <b>Чай с молоком</b><br><i>(молоко, сахар, чай вёсевой чёрный)</i>  | 207         | 1,54         | 1,63         | 9,36          | 56,00                 | варка                     |
|  | <b>Итого:</b>   |             | <b>6,73</b>  | <b>11,33</b> | <b>64,06</b>  | <b>341,95</b>         |                           |

**Приятного аппетита!**

Инженер-технолог: \_\_\_\_\_

Ведущий специалист: \_\_\_\_\_

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

Шапошников Е.В.

Федорова К.А.