

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Ушакова Н.А.

2024 г.

Меню (О)  
06.12.2024

Согласовано:

Директор МБОУ (А)У

2024 г.

2024 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс
<b>Завтрак для 1-4 классов (168.27)</b>							
70/2007	<b>Огурцы свежие</b>	20	0,14	0,02	0,28	2,40	нет
239/2003	<b>Тефтели рыбные из минтая</b> (лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	165	3,72	13,44	17,20	205,18	тушение
312/2007	<b>Пюре картофельное</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
338/2016	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
376/2016	<b>Чай с сахаром</b>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
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>11,20</b>	<b>19,33</b>	<b>86,63</b>	<b>665,23</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b>							
70/2007	<b>Огурцы свежие</b>	30	0,21	0,03	0,42	3,60	нет
239/2003	<b>Тефтели рыбные из минтая</b> (лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, молоко, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	175	4,63	15,15	19,53	233,77	тушение
312/2007	<b>Пюре картофельное</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
376/2016	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай вёсовой чёрный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2016	<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>14,02</b>	<b>22,68</b>	<b>97,02</b>	<b>645,97</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (252.44)</b>							
40/2003	<b>Салат витаминный с маслом растительным</b> (капустя свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	60	0,72	3,09	6,53	56,00	нет
104/2017	<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b> (говядина с/м, картофель свежий, лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	6,96	2,78	15,38	106,00	варка
406/14	<b>Сердце в соусе</b> (лаверовый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	75/75	23,41	6,29	8,18	172,34	тушение
305/2007	<b>Рис припущенный</b> (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	150	3,70	4,86	36,89	214,10	варка
387/2003	<b>Компот из клубники свежемороженой</b> (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	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>40,18</b>	<b>17,99</b>	<b>117,24</b>	<b>770,14</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>							
40/2003	<b>Салат витаминный с маслом растительным</b> (капустя свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	100	1,20	5,15	10,89	94,00	нет
104/2017	<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b> (говядина с/м, картофель свежий, лаверовый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка
406/14	<b>Сердце в соусе</b> (лаверовый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	100/75	31,28	8,26	9,45	219,64	тушение
305/2007	<b>Рис припущенный</b> (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	4,44	5,83	46,67	256,91	варка
387/2003	<b>Компот из клубники свежемороженой</b> (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	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	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>61,87</b>	<b>23,62</b>	<b>148,31</b>	<b>976,40</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (57.71)</b>							
Ф	<b>Печенье</b>	60	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
386/2007	<b>Йогурт фруктовый</b>	200	6,54	5,00	33,60	208,00	нет
378/2007	<b>Чай с молоком без сахара</b> (молоко, чай вёсовой чёрный)	150/60	1,48	1,63	2,40	30,62	варка
	<b>Итого:</b>		<b>11,77</b>	<b>14,63</b>	<b>69,50</b>	<b>458,62</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (67.33)</b>							
Ф	<b>Печенье</b>	60	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
47/ИСТН 2021	<b>Молоко сгущенное</b>	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
386/2007	<b>Йогурт фруктовый</b>	200	6,54	5,00	33,60	208,00	нет
378/2007	<b>Чай с молоком без сахара</b> (молоко, чай вёсовой чёрный)	150/60	1,48	1,63	2,40	30,62	варка
	<b>Итого:</b>		<b>13,21</b>	<b>16,33</b>	<b>80,70</b>	<b>522,48</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Иващенко Е.С.

К.А. Федорова