

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О, АР)

11.12.2024

Согласовано:

Директор МБОУ (АУ)

Толстикова О.В.

05.12

2024 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
<b>Завтрак для 1-4 классов (168.27)</b>							
1/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	<b>Запеканка из творога</b> (творог малый, масло сливочное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	150	26,41	18,23	25,84	378,82	запекание
47/БСТН 2021	<b>Молоко сгущенное</b>	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
377/2007	<b>Чай с лимоном</b> (лимона, сахар, чай зеленый/черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
☉	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет
	<b>Итого:</b>		<b>33,39</b>	<b>28,12</b>	<b>87,96</b>	<b>780,03</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b>							
1/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	<b>Запеканка из творога</b> (творог малый, масло сливочное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	35,21	24,31	34,45	505,09	запекание
47/БСТН 2021	<b>Молоко сгущенное</b>	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
377/2007	<b>Чай с лимоном</b> (лимона, сахар, чай зеленый/черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
☉	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>42,90</b>	<b>34,35</b>	<b>100,67</b>	<b>887,75</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (262.44)</b>							
24/2003	<b>Салат Мазайка</b> (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные)	60	0,88	5,16	5,57	72,15	варка
88/2015	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
☉	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	купачение
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м)	200	17,05	16,09	41,06	352,00	варка
349/2015	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> (кислота лимонная, курага, сахар)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31805-2015	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,58	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>27,89</b>	<b>29,03</b>	<b>112,16</b>	<b>804,10</b>	
<b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>							
24/2003	<b>Салат Мазайка</b> (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные)	100	1,43	8,58	8,29	120,22	варка
88/2015	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
☉	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	купачение
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м)	275	26,98	19,07	54,74	500,98	варка
349/2015	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> (кислота лимонная, курага, сахар)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31805-2015	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,87	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>40,89</b>	<b>35,97</b>	<b>145,21</b>	<b>1 075,20</b>	
<b>Полдник для 1-4 классов (57.71)</b>							
☉	<b>Печенье</b>	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
389/2015	<b>Сок в ассортименте</b>	200	1,00		22,40	90,00	нет
378/2007	<b>Чай без сахара</b>	100			0,00	0,01	варка
	<b>Итого:</b>		<b>4,75</b>	<b>8,00</b>	<b>55,90</b>	<b>310,01</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (67.33)</b>							
☉	<b>Печенье</b>	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
☉	<b>Джем фруктовый порционный</b>	20	0,10		13,76	53,00	нет
☉	<b>Сок в ассортименте</b>	200	1,00		22,40	90,00	нет
378/2007	<b>Чай без сахара</b>	100			0,00	0,01	варка
	<b>Итого:</b>		<b>4,85</b>	<b>8,00</b>	<b>69,66</b>	<b>363,01</b>	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Иванченко Е.С.

К.А. Федорова