

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О)
12.12.2024

2024 г.

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

Грибова О.В.

05-12

2024 г.



ГМО и БАД не используются

№ блюда по Общедокументации	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
70/2007	Огурцы свежие	20	0,14	0,02	0,28	2,40	нет
229/2015	Минтай тушеный в томате с овощами <i>(листья лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтай с/к с/м)</i>	180	14,63	7,43	5,70	157,50	тушение
312/2007	Пюре картофельное <i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</i>	180	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай восточный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,48	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		22,11	13,32	74,13	517,65	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
70/2007	Огурцы свежие	30	0,21	0,03	0,42	3,60	нет
229/2015	Минтай тушеный в томате с овощами <i>(листья лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтай с/к с/м)</i>	200	19,50	9,90	7,60	210,00	тушение
312/2007	Пюре картофельное <i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</i>	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай восточный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	18,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		28,89	16,83	85,09	622,20	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
67/2015	Винегрет овощной <i>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла)</i>	80	0,84	6,02	4,37	75,06	варка
99/2007	Суп из овощей <i>(горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)</i>	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
Φ	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная <i>(лук репчатый, соль, филе курицы куриное с/м)</i>	10	1,87	1,61		22,00	варка
173/2003	Котлеты Студенческие с маслом <i>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе курицы куриное с/м, хлеб пшеничный, мясной порошок)</i>	95	16,11	16,35	14,40	269,48	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	180	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой <i>(лимонная кислота, клубника с/м, сахар)</i>	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	48	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		34,85	37,03	115,27	839,14	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
67/2015	Винегрет овощной <i>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла)</i>	100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка
99/2007	Суп из овощей <i>(горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)</i>	250	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
Φ	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная <i>(лук репчатый, соль, филе курицы куриное с/м)</i>	10	1,87	1,61		22,00	варка
173/2003	Котлеты Студенческие с маслом <i>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе курицы куриное с/м, хлеб пшеничный, мясной порошок)</i>	110	17,92	21,83	16,04	332,86	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая <i>(крупа гречневая, масло сливочное, соль)</i>	180	10,32	7,31	48,37	292,50	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой <i>(лимонная кислота, клубника с/м, сахар)</i>	200	0,40	0,20	18,10	73,05	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:		41,35	48,28	143,21	1 179,26	
Полдник для 1-4 классов (57.71)							
Φ	Булочка сдобная в асс-те	60	4,32	6,12	28,80	185,40	нет
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой <i>(вишня с/м, лимонная кислота, крахмал картофельный, сахар)</i>	200	0,13	0,05	19,55	97,05	варка
377/2007	Чай с лимоном без сахара <i>(лимоны, чай восточный)</i>	100/3	0,03	0,00	0,09	1,02	варка
	Итого:		4,48	6,17	48,44	283,47	
Полдник для 5-11 классов (67.33)							
Φ	Булочка сдобная в асс-те	60	4,32	6,12	28,80	185,40	нет
47/18/11/2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой <i>(вишня с/м, лимонная кислота, крахмал картофельный, сахар)</i>	200	0,13	0,05	19,55	97,05	варка
377/2007	Чай с лимоном без сахара <i>(лимоны, чай восточный)</i>	100/3	0,03	0,00	0,09	1,02	варка
	Итого:		5,92	7,87	59,64	349,33	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Иванченко Е.С.
К.А. Федорова