

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О, АР)
17.12.2024

2024 г.

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

11.12.2024
2024 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
15/2007	Сыр (сыр нарезанный шкотлы)	26	0,63	0,72		3,70	нет
174/2017	Каша молочная из кукурузной крупы с маслом сливочным (крупка кукурузная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	200/10	2,95	11,45	10,77	158,74	варка
603/2021	Какао с молоком и витаминами (какао напиток с витаминами 400г ооо пепитре, молоко, сахар)	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
ГОСТ	Хлеб пшеничный	20	1,80	0,20	9,66	47,00	нет
31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет
	Итого:		11,23	16,26	55,24	411,69	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
16/2007	Сыр (сыр нарезанный шкотлы)	26	0,63	0,72		3,70	нет
174/2017	Каша молочная из кукурузной крупы с маслом сливочным (крупка кукурузная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	240	3,39	11,93	14,47	179,71	варка
603/2021	Какао с молоком и витаминами (какао напиток с витаминами 400г ооо пепитре, молоко, сахар)	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
ГОСТ	Хлеб пшеничный	20	1,80	0,20	9,66	47,00	нет
31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		12,38	16,88	63,14	454,11	
Обед для 1-4 классов (262.44)							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	60	1,05	3,71	5,55	69,70	нет
62/2015	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста)	250	1,80	4,92	10,93	103,75	варка
	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
461/2004	Тефтели из говядины с соусом томатным (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	165	12,76	17,31	18,67	281,76	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупка гречневая, масло сливочное, соль)	180	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
349/2016	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		31,98	35,60	131,42	984,36	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	100	1,75	6,18	9,25	99,50	нет
62/2016	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста)	250	1,80	4,92	10,93	103,75	варка
	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
461/2004	Тефтели из говядины с соусом томатным (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	195	16,81	21,88	23,24	357,27	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупка гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
349/2016	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		41,06	44,27	163,07	1 226,57	
Полдник для 1-4 классов (67.71)							
386/2007	Булочка сдобная в асс-те	60	4,32	6,12	28,80	185,40	нет
376/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
376/2007	Чай без сахара (чай весомой черной)	100			0,00	0,01	варка
	Итого:		10,86	11,12	62,40	381,41	
Полдник для 5-11 классов (67.33)							
386/2007	Булочка сдобная в асс-те	60	4,32	6,12	28,80	185,40	нет
376/2007	Джем фруктовый порционный	20	0,10		13,76	53,00	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
376/2007	Чай без сахара (чай весомой черной)	100			0,00	0,01	варка
	Итого:		10,86	11,12	76,16	444,41	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Шопошникова Е.В.

Федорова К.А.