

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О, АР, АЦ)

19.12.2024

Согласовано:

Директор МБОУ

Шолошникова Е.В.

" 11 " 12

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)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр нарезанный школьн., хлеб пшеничный)	75	9,60	8,10	26,50	211,50	нет
	Блинчики жареные (блинчики без начинки замор, масло растительное)	100	9,00	14,00	58,00	338,00	выпекание
47 ПЕСТН 2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	85,86	нет
376/2007	Чай без сахара (чай весовой черный)	200			0,00	0,01	варка
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,88	116,67	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		29,71	28,87	159,18	938,04	
Завтрак для 5-11 классов (247,86)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр нарезанный школьн., хлеб пшеничный)	75	9,60	8,10	26,50	211,50	нет
	Блинчики жареные (блинчики без начинки замор, масло растительное)	150	13,50	21,00	87,00	507,00	выпекание
47 ПЕСТН 2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	85,86	нет
376/2007	Чай без сахара (чай весовой черный)	200			0,00	0,01	варка
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,88	116,67	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		31,21	35,87	187,18	1 187,84	
Обед для 1-4 классов (252,44)							
67/2015	Винегрет овощной (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	60	0,84	6,02	4,37	75,06	варка
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашивание
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
268/2015	Биточки мясные с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	96	14,81	16,88	12,83	265,20	запекание
306/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	160	3,70	4,86	38,89	214,10	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженой (кислота лимонная, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		28,23	36,09	109,57	882,71	
Обед для 5-11 классов (272,13)							
67/2015	Винегрет овощной (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	260	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашивание
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
268/2015	Биточки мясные с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	110	16,50	22,20	14,32	326,00	запекание
306/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	4,44	5,83	46,67	256,91	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженой (кислота лимонная, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,05	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:		33,83	46,93	137,41	1 114,51	
Полдник для 1-4 классов (87,71)							
	Булочка сдобная в асс-те	60	4,32	6,12	28,80	185,40	нет
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
376/2007	Чай без сахара (чай весовой черный)	100			0,00	0,01	варка
	Итого:		5,32	6,12	51,20	275,41	
Полдник для 5-11 классов (87,33)							
	Булочка сдобная в асс-те	60	4,32	6,12	28,80	185,40	нет
	Джем фруктовый порционный	20	0,10		13,76	53,00	нет
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
376/2007	Чай без сахара (чай весовой черный)	100			0,00	0,01	варка
	Итого:		5,42	6,12	64,96	328,41	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____

Ведущий специалист: _____

Заведующий производством: _____

Шолошникова Е.В.

Федорова К.А.