

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О)
20.12.2024

2024 г.

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

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)							
70/2007	Огурцы свежие	20	0,14	0,02	0,28	2,40	нет
234/2015	Котлеты рыбные из минтая с маслом (масло растительное, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	100	11,71	11,64	14,40	210,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весомой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
ГОСТ	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		19,19	17,63	82,83	670,05	
Завтрак для 6-11 классов (247,86)							
70/2007	Огурцы свежие	30	0,21	0,03	0,42	3,60	нет
234/2015	Котлеты рыбные из минтая с маслом (масло растительное, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный)	110	13,00	12,46	15,98	256,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весомой черный)	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	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		22,39	19,39	93,47	669,20	
Обед для 1-4 классов (252,44)							
40/2003	Салат витаминный с маслом растительным (капустя свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	60	0,72	3,09	6,53	56,00	нет
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка
232/2009	Печень по-строгановски с соусом (масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль, томатная паста)	135	20,87	19,17	11,91	255,00	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, группа в, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	169,45	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ	Хлеб пшеничный	46	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:		39,44	30,82	108,62	807,15	
Обед для 6-11 классов (272,13)							
40/2003	Салат витаминный с маслом растительным (капустя свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	100	1,20	5,15	10,89	94,00	нет
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка
232/2009	Печень по-строгановски с соусом (масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль, томатная паста)	180	27,82	25,56	15,88	340,00	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, группа в, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	26,98	141,00	нет
31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,56	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		50,88	40,40	137,79	1 041,99	
Полдник для 1-4 классов (67,71)							
	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
377/2007	Чай с лимоном без сахара (лимона, чай весомой черный)	100/3	0,03	0,00	0,09	1,02	варка
	Итого:		10,32	13,00	67,19	427,02	
Полдник для 6-11 классов (67,33)							
	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
71/ЕСТН 202	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
377/2007	Чай с лимоном без сахара (лимона, чай весомой черный)	100/3	0,03	0,00	0,09	1,02	варка
	Итого:		11,76	14,70	78,39	492,88	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Шапошникова Е.В.

Федорова К.А.