

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О, АР)
19.03.2025

2025 г.

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

14.03

2025 г.

№ блюда по Сборнику рецептур		Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной технологический процесс
Завтрак для 1-4 классов (180.00)								
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)		40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
224/2007	Запеканка из творога с морковью (крупа манная, масло растительное, молоко, морковь, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)		150	17,25	15,04	36,19	353,09	запекание
АП	Повидло		20	0,08	0,02	13,00	50,00	нет
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай весовой черный)		200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие		100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет
Итого:				22,87	23,25	100,01	708,44	
Завтрак для 5-11 классов (265.20)								
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)		40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
224/2007	Запеканка из творога с морковью (крупа манная, масло растительное, молоко, морковь, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)		200	23,00	20,05	48,26	470,79	запекание
АП	Повидло		30	0,12	0,03	19,50	75,00	нет
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай весовой черный)		200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие		100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный		2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
Итого:				29,37	28,42	122,78	872,59	
Обед для 1-4 классов (270.12)								
67/2015	Винегрет овощной /без лука/ (апельсин зеленый консервированный, картофель свежий, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)		60	1,00	6,12	5,38	80,73	нет
98/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, пшено, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)		250	1,91	5,35	13,83	111,24	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)		10	2,00	0,98		16,80	варка
АП	Сметана		10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
173/2003	Котлеты Студенческие с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе грудки куриное с/м, хлеб пшеничный, яичный порошок)		95	16,11	16,35	14,40	269,48	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)		150	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, сахар)		200	0,18	0,08	17,18	69,10	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:				35,03	36,73	120,02	951,84	
Обед для 5-11 классов (291.18)								
67/2015	Винегрет овощной /без лука/ (апельсин зеленый консервированный, картофель свежий, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)		100	1,66	10,19	8,93	134,55	нет
98/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, пшено, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)		250	1,91	5,35	13,83	111,24	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)		10	2,00	0,98		16,80	варка
АП	Сметана		10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
173/2003	Котлеты Студенческие с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе грудки куриное с/м, хлеб пшеничный, яичный порошок)		110	17,92	21,83	16,04	332,66	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)		180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, сахар)		200	0,18	0,08	17,18	69,10	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:				41,84	48,04	148,61	1195,55	
Полдник для 1-4 классов (60.60)								
АП	Печенье		50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
356/2015	Кисель из кураги (кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)		200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
Итого:				4,64	8,06	61,26	354,65	
Полдник для 5-11 классов (70.70)								
АП	Печенье		50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
	Джем фруктовый порционный 20г		20	0,10		13,76	53,00	нет
356/2015	Кисель из кураги (кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)		200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
Итого:				4,74	8,06	75,02	407,65	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Шапошникова Е.В.

Федорова К.А.