



Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания
[Signature]
2024 г.

Ушакова Н.А.

Меню (О,А,Р)
20.11.2024

Согласовано:
Директор МБОУ (АУ)
[Signature]
2024 г.

ГМО в БД не используется

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод м	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
1/2007	Бутерброд с маслом <i>(масло сливочное, хлеб пшеничный)</i>	40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	Запеканка из творога <i>(крутые манья, масло сливочное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, пшеничный порошок)</i>	150	26,41	18,23	25,84	378,82	запекание
	Джем фруктовый порционный	20	0,10		13,78	53,00	нет
377/2007	Чай с лимоном <i>(лимоны, сахар, чай ароматизированный)</i>	200/167	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
☉	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет
	Итого:		32,05	28,42	90,42	737,17	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
1/2007	Бутерброд с маслом <i>(масло сливочное, хлеб пшеничный)</i>	40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	Запеканка из творога <i>(крутые манья, масло сливочное, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, пшеничный порошок)</i>	200	26,21	24,31	24,45	505,09	запекание
☉	Джем фруктовый порционный	20	0,10		13,78	53,00	нет
377/2007	Чай с лимоном <i>(лимоны, сахар, чай ароматизированный)</i>	200/167	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
☉	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		41,56	32,65	103,23	384,89	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
69/2007	Салат из моркови с яблоками <i>(морковь, сахар, яблоки)</i>	60	0,84	0,10	5,11	23,94	нет
98/2007	Рассольник Ленинградский <i>(картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные)</i>	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
☉	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечка
241/2007	Говядина отварная <i>(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)</i>	10	2,00	0,98		16,80	варка
297/2007	Фрикадельки из птицы с маслом <i>(масло сливочное, соль, филе цыпленка куринное с/м б/к, хлеб пшеничный)</i>	95	12,32	15,50	7,24	218,40	варка
317/2003	Рагу из овощей <i>(капустя свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, шпик пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)</i>	150	2,75	5,99	15,87	190,50	варка
ТИ 409/2008	Компот из плодов свежемороженых <i>(кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)</i>	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	6,42	42,90	нет
	Итого:		25,97	29,43	102,57	627,44	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
69/2007	Салат из моркови с яблоками <i>(морковь, сахар, яблоки)</i>	100	1,06	0,17	8,52	39,90	нет
98/2007	Рассольник Ленинградский <i>(картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные)</i>	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
☉	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечка
241/2007	Говядина отварная <i>(говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)</i>	10	2,00	0,98		16,80	варка
297/2007	Фрикадельки из птицы с маслом <i>(масло сливочное, соль, филе цыпленка куринное с/м б/к, хлеб пшеничный)</i>	110	13,72	20,44	8,10	272,00	варка
317/2003	Рагу из овощей <i>(капустя свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, шпик пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)</i>	180	3,29	7,18	19,04	156,60	варка
ТИ 409/2008	Компот из плодов свежемороженых <i>(кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)</i>	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,87	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		30,84	36,16	125,66	1 001,25	
Полдник для 1-4 классов (57.71)							
☉	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
365/2015	Кисель из кураги <i>(кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)</i>	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
376/2007	Чай без сахара	100			0,00	0,01	варка
	Итого:		4,64	8,06	61,26	354,66	
Полдник для 5-11 классов (67.33)							
☉	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
4718СТН 2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	66,66	нет
365/2015	Кисель из кураги <i>(кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)</i>	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
376/2007	Чай без сахара	100			0,00	0,01	варка
	Итого:		6,08	9,76	72,46	420,62	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____
Ведущий специалист: _____
Заведующий производством: _____

[Signature]
И.А. Сбитнева
К.А. Федорова