

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О)
22.11.2024

2024 г.

Согласовано:
Директор МБОУ

СШ-27

А. Бибикова О.В.

11.11

2024 г.



ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
234/2016	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)	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
338/2016	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,90	47,00	нет
378/2016	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		19,95	17,81	82,56	887,85	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
234/2016	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	258,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
378/2016	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2016	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,90	47,00	нет
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		22,16	19,36	93,05	684,60	
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	6,59	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, личный порошок)	250	8,95	2,78	15,38	106,00	варка
406/14	Сердце в соусе (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	75/75	23,41	6,29	6,18	172,34	тушение
306/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	150	3,70	4,86	38,69	214,10	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	48	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		39,78	17,79	114,11	783,14	
Обед для 5-11 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	10,99	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, личный порошок)	250	8,95	2,78	15,38	106,00	варка
406/14	Сердце в соусе (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	100/75	31,28	8,26	9,45	219,64	тушение
306/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	4,44	5,83	46,67	256,01	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	25,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		81,47	23,32	143,18	939,40	
Полдник для 1-4 классов (67.71)							
φ	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	100/3	0,03	0,00	0,09	1,02	варка
	Итого:		10,32	13,00	67,19	427,02	
Полдник для 5-11 классов (67.33)							
φ	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
47/06/2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	65,88	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
377/2007	Чай с лимоном без сахара	100/3	0,03	0,00	0,09	1,02	варка
	Итого:		11,76	14,70	79,39	492,88	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: _____

Ведущий специалист: _____

Заведующий производством: _____

Н.А. Сбитнева

К.А. Федорова