

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Ушакова Н.А.

2024 г.

Меню (О)  
28.11.2024

Согласовано:

Директор МБОУ (ОУ)

С.В. Сидорова

28.11.2024

2024 г.



ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
<b>Завтрак для 1-4 классов (168.27)</b>							
70/2007	<b>Огурцы свежие</b>	20	0,14	0,02	0,28	2,40	нет
229/2018	<b>Минтай тушеный в томате с овощами</b> (кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м)	150	14,63	7,43	5,70	157,50	тушение
312/2007	<b>Пюре картофельное</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,07	4,80	20,44	137,26	варка
376/2018	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай восточный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2018	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		22,11	13,32	74,13	517,55	
<b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b>							
70/2007	<b>Огурцы свежие</b>	30	0,21	0,03	0,42	3,60	нет
229/2018	<b>Минтай тушеный в томате с овощами</b> (кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м)	200	19,50	9,90	7,60	210,00	тушение
312/2007	<b>Пюре картофельное</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,08	5,78	24,53	164,70	варка
376/2018	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай восточный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2018	<b>Яблоки свежие</b>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		26,89	16,83	85,09	622,20	
<b>Обед для 1-4 классов (262.44)</b>							
67/2018	<b>Винегрет овощной</b> (картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла)	60	0,84	6,02	4,37	75,06	варка
99/2007	<b>Суп из овощей</b> (картофель свежий, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)	200	1,99	4,99	9,15	95,25	варка
	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашение
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
173/2003	<b>Котлеты Студенческие с маслом</b> (говядина с/к, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе куриное с/м, хлеб пшеничный, яичный порошок)	95	16,11	16,35	14,40	269,48	запекание
302/2007	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> (крупя гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
367/2003	<b>Компот из клубники свежемороженой</b> (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	79,05	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		34,85	37,03	115,27	930,14	
<b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>							
67/2018	<b>Винегрет овощной</b> (картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла)	100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка
99/2007	<b>Суп из овощей</b> (картофель свежий, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)	200	1,99	4,99	9,15	95,25	варка
	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	квашение
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
173/2003	<b>Котлеты Студенческие с маслом</b> (говядина с/к, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе куриное с/м, хлеб пшеничный, яичный порошок)	110	17,92	21,83	16,04	332,68	запекание
302/2007	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> (крупя гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
367/2003	<b>Компот из клубники свежемороженой</b> (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	79,05	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	26,98	141,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		41,35	48,28	143,21	1179,26	
<b>Полдник для 1-4 классов (57.71)</b>							
	<b>Булочка сдобная в асс-те</b>	60	4,32	6,12	28,80	185,40	нет
350/2017	<b>Кисель из черной смородины свежемороженой</b> (крахмал картофельный, сахар, смородина с/м)	200	0,21	0,08	28,46	116,77	варка
377/2007	<b>Чай с лимоном без сахара</b> (лимон, чай восточный)	100/3	0,03	0,00	0,09	1,02	варка
	Итого:		4,56	6,20	57,35	303,19	
<b>Полдник для 5-11 классов (67.33)</b>							
	<b>Булочка сдобная в асс-те</b>	90	4,32	6,12	28,80	185,40	нет
47/01/01 2001	<b>Молоко сгущенное</b>	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
350/2017	<b>Кисель из черной смородины свежемороженой</b> (крахмал картофельный, сахар, смородина с/м)	200	0,21	0,08	28,46	116,77	варка
377/2007	<b>Чай с лимоном без сахара</b> (лимон, чай восточный)	100/3	0,03	0,00	0,09	1,02	варка
	Итого:		6,00	7,90	68,55	369,05	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Звонящий производителем:

Н.А. Сбитнева

К.А. Федорова