

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О,АР,АЦ)

29.11.2024

2024 г.

Согласовано:
Директор ИБСО(АУ)

Тюльбина О.В.

29.11.2024 г.

2024 г.



ГМО и БАД не используются

№ блюда по сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценность , ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр нарезанный шпатель, хлеб пшеничный)	75	9,60	8,10	26,50	211,50	нет
Ф	Блинчики жареные с маслом (блинчики без начинки замор, масло растительное, масло сливочное)	110	0,05	9,85	0,08	89,18	выпекание
Ф	Джем фруктовый порционный	20	0,10		13,78	53,00	нет
398/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай восточный черный)	207	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
1064/2015	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
	Итого:		18,42	23,02	102,80	676,36	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр нарезанный шпатель, хлеб пшеничный)	75	9,60	8,10	26,50	211,50	нет
Ф	Блинчики жареные с маслом (блинчики без начинки замор, масло растительное, масло сливочное)	160	0,05	10,65	0,08	96,38	выпекание
Ф	Джем фруктовый порционный	20	0,10		13,78	53,00	нет
398/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай восточный черный)	207	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
1064/2015	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
	Итого:		18,42	23,82	102,80	683,56	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
44/2003	Салат из белокачанной капусты с огурцами свежими (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, огурцы свежие, сахар, соль)	80	0,10	3,01	3,32	40,73	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
178/2003	Оладьи из печени по-кунцевски с маслом (масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль)	95	14,06	17,55	20,47	297,20	запекание
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, крупа в, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженой (кислота лимонная, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2015	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,76	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,48	0,32	6,42	42,90	нет
	Итого:		28,93	32,91	107,78	847,03	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
44/2003	Салат из белокачанной капусты с огурцами свежими (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, огурцы свежие, сахар, соль)	100	0,17	5,02	5,53	67,89	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпечание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
178/2003	Оладьи из печени по-кунцевски с маслом (масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль)	110	15,65	23,16	22,78	363,47	запекание
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, крупа в, масло сливочное, соль)	160	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженой (кислота лимонная, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2015	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,66	0,63	16,63	85,80	нет
	Итого:		34,30	41,96	133,25	1 052,29	
Полдник для 1-4 классов (57.71)							
Ф	Печенье	50	3,75	6,00	33,50	220,00	нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай восточный черный)	207	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		5,29	9,63	42,86	276,00	
Полдник для 5-11 классов (67.33)							
Ф	Печенье	50	3,75	6,00	33,50	220,00	нет
47/лист 2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	65,66	нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай восточный черный)	207	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		6,73	11,33	54,06	341,66	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Н.А. Сбитнова
К.А. Федорова