

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О,АР)  
23.10.2024

2024 г.

Согласовано:

Директор МБОУ



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>							
1/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
224/2007	<b>Запеканка из творога с морковью</b> (крупа манная, масло растительное, молоко, морковь, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	160	17,25	15,04	36,19	353,11	запекание
471/ЕСТН 2021	<b>Молоко сгущенное</b>	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
377/2007	<b>Чай с лимоном</b> (лимоны, сахар, чай восточный черный)	200/167	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2016	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
Ф	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет
	<b>Итого:</b>		<b>24,23</b>	<b>24,93</b>	<b>98,21</b>	<b>724,32</b>	
<b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b>							
1/2007	<b>Бутерброд с маслом</b> (масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
224/2007	<b>Запеканка из творога с морковью</b> (крупа манная, масло растительное, молоко, морковь, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	23,00	20,05	48,26	470,80	запекание
471/ЕСТН 2021	<b>Молоко сгущенное</b> (молоко сгущенное с сахаром 8,5% 20г вост невиский берег 1/144)	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
377/2007	<b>Чай с лимоном</b> (лимоны, сахар, чай восточный черный)	200/167	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2016	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
Ф	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		<b>30,69</b>	<b>30,09</b>	<b>114,48</b>	<b>863,46</b>	
<b>Обед для 1-4 классов (252.44)</b>							
21/2003	<b>Салат Здоровье</b> (горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	60	0,87	11,04	3,91	118,00	варка
88/2016	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Ф	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кислечение
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	200	17,06	16,09	41,06	352,00	варка
349/2016	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> (кислота лимонная, курага, сахар)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
		45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>		27,60	34,92	110,50	849,95	
	<b>Итого:</b>						
<b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>							
21/2003	<b>Салат Здоровье</b> (горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	100	1,45	18,40	6,52	196,67	варка
88/2016	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная)	250	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Ф	<b>Сметана к первому блюду</b>	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кислечение
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	275	26,88	19,07	54,74	500,88	варка
349/2016	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> (кислота лимонная, курага, сахар)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
		2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>		40,61	45,79	142,44	1166,85	
	<b>Итого:</b>						
<b>Полдник для 1-4 классов (57.71)</b>							
Ф	<b>Печенье</b>	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
389/2016	<b>Сок в ассортименте</b>	200	1,00		22,40	90,00	нет
376/2007	<b>Чай без сахара</b>	100			0,00	0,01	варка
	<b>Итого:</b>		<b>4,75</b>	<b>8,00</b>	<b>65,90</b>	<b>310,01</b>	
<b>Полдник для 5-11 классов (67.33)</b>							
Ф	<b>Печенье</b>	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
Ф	<b>Джем фруктовый порционный</b>	20	0,10		13,76	53,00	нет
Ф	<b>Сок в ассортименте</b>	200	1,00		22,40	90,00	нет
Ф	<b>Сок в ассортименте</b>	100			0,00	0,01	варка
376/2007	<b>Чай без сахара</b>		4,85	8,00	69,86	363,01	
	<b>Итого:</b>						

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: \_\_\_\_\_

Ведущий специалист: \_\_\_\_\_

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

Н.А. Сбитнева

К.А. Федорова