

Утверждено:

Начальник отдела
обеспечения питания

Н.А. Ушакова

Меню (О)

06.09.2024

2024 г.



2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод * L	Энерг. ценность, 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
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,60	47,00	нет
378/2018	Чай с сахаром (сахар, чай вёсовой чёрный)	200/15	0,07	0,02	15,00	80,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		19,06	17,51	62,65	567,66	
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	15,68	256,00	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,69	5,76	24,63	164,70	варка
378/2018	Чай с сахаром (сахар, чай вёсовой чёрный)	200/15	0,07	0,02	15,00	80,00	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,60	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		22,16	19,36	93,05	664,60	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
40/2003	Салат витаминный с маслом растительным (капустя свежая, лимонная кислота, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	80	0,72	3,09	6,98	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, яичный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	108,00	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	8,18	172,34	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	160	8,60	6,09	38,84	243,75	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженой (лимонная кислота, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		44,67	19,02	113,96	782,78	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
40/2003	Салат витаминный с маслом растительным (капустя свежая, лимонная кислота, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	100	1,20	5,15	10,69	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, яичный порошок)	250	6,95	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)	160/75	31,28	8,26	9,41	219,64	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженой (лимонная кислота, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,96	141,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,63	85,80	нет
	Итого:		57,36	24,80	142,87	994,99	
Полдник для 1-4 классов (57.51)							
☉	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
388/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
64-ЗГН-2020	Чай с лимоном и сахаром (лимоны, сахар, чай вёсовой чёрный)	100	0,03	0,00	3,58	14,99	варка
	Итого:		10,32	13	70,68	440,99	
Полдник для 5-11 классов (67.33)							
☉	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
388/2007	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	85,86	нет
388/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
64-ЗГН-2020	Чай с лимоном и сахаром (лимоны, сахар, чай вёсовой чёрный)	100	0,03	0,00	3,58	14,99	варка
	Итого:		10,32	13	70,68	440,99	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерия:

Заведующий производством:

Н.А. Сбитнева

К.А. Федорова