

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АЦ)
12.09.2024

Согласовано:
"СШ-27"
Директор МБОУ
С.В. Шихова
06.09 2024 г.



ГМО и БАД не входят

| № блюда по сборному меню | Наименование и краткая характеристика блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность, ккал | Основной тепловой процесс |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------|-------|----------|-----------------------|---------------------------|
| Завтрак для 1-4 классов (168.27) | | | | | | | |
| 70/2007 | Огурцы свежие | 20 | 0,14 | 0,02 | 0,28 | 2,40 | нет |
| 239/2003 | Тефтели рыбные из минтая <small>(фарш из филе минтая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, специи)</small> | 185 | 3,72 | 13,4 | 17,20 | 205,18 | тушение |
| 312/2007 | Пюре картофельное <small>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</small> | 150 | 3,07 | 4,83 | 20,44 | 137,25 | варка |
| 376/2015 | Чай с сахаром <small>(сахар, чай в пакетиках)</small> | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | варка |
| 338/2015 | Яблоки свежие | 100 | 0,40 | 0,43 | 9,80 | 47,00 | нет |
| ГОСТ 31805-2018 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,83 | 14,49 | 70,50 | нет |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,43 | 0,32 | 8,42 | 42,90 | нет |
| | Итого: | | 11,20 | 19,33 | 55,83 | 563,23 | |
| Завтрак для 5-11 классов (247.86) | | | | | | | |
| 70/2007 | Огурцы свежие | 30 | 0,21 | 0,03 | 0,42 | 3,60 | нет |
| 239/2003 | Тефтели рыбные из минтая <small>(фарш из филе минтая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, специи)</small> | 175 | 4,63 | 15,5 | 19,53 | 233,77 | тушение |
| 312/2007 | Пюре картофельное <small>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</small> | 180 | 3,68 | 5,73 | 24,53 | 164,70 | варка |
| 376/2015 | Чай с сахаром <small>(сахар, чай в пакетиках)</small> | 200/15 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | варка |
| 338/2015 | Яблоки свежие | 100 | 0,40 | 0,43 | 9,80 | 47,00 | нет |
| ГОСТ 31805-2018 | Хлеб пшеничный | 2/20 | 3,60 | 0,98 | 18,32 | 94,00 | нет |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,43 | 0,32 | 8,42 | 42,90 | нет |
| | Итого: | | 14,02 | 22,88 | 97,02 | 645,57 | |
| Обед для 1-4 классов (252.44) | | | | | | | |
| 67/2016 | Винегрет овощной <small>(картофель вареный, морковь вареная, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, специи)</small> | 60 | 0,84 | 6,01 | 4,37 | 75,06 | варка |
| 99/2007 | Суп из овощей <small>(картофель вареный, морковь вареная, капуста свежая, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</small> | 260 | 1,59 | 4,99 | 9,15 | 95,26 | варка |
| Φ | Сметана к первому блюду | 10 | 0,25 | 1,00 | 0,45 | 11,90 | молочные |
| 288/2017 | Птица отварная <small>(курица охлажденная, соль, специи)</small> | 10 | 1,87 | 1,61 | | 22,00 | варка |
| 263/2007 | Гуляш из говядины <small>(говядина свежая, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)</small> | 180 | 21,83 | 22,19 | 4,34 | 304,50 | тушение |
| 302/2007 | Каша гречневая рассыпчатая <small>(гречка вареная, масло сливочное, соль)</small> | 180 | 8,80 | 6,89 | 38,84 | 243,76 | варка |
| 387/2003 | Компот из клубники свежемороженой <small>(клубника замороженная, клубника свежая, сахар)</small> | 200 | 0,40 | 0,80 | 18,10 | 73,05 | варка |
| ГОСТ 31805-2018 | Хлеб пшеничный | 48 | 3,56 | 0,98 | 21,74 | 105,75 | нет |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,43 | 0,32 | 8,42 | 42,90 | нет |
| | Итого: | | 40,37 | 42,87 | 105,21 | 974,18 | |
| Обед для 5-11 классов (272.13) | | | | | | | |
| 67/2016 | Винегрет овощной <small>(картофель вареный, морковь вареная, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, специи)</small> | 100 | 1,40 | 10,04 | 7,29 | 125,10 | варка |
| 99/2007 | Суп из овощей <small>(картофель вареный, морковь вареная, капуста свежая, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</small> | 250 | 1,59 | 4,99 | 9,15 | 95,26 | варка |
| Φ | Сметана к первому блюду | 10 | 0,25 | 1,00 | 0,45 | 11,90 | молочные |
| 288/2017 | Птица отварная <small>(курица охлажденная, соль, специи)</small> | 10 | 1,87 | 1,61 | | 22,00 | варка |
| 263/2007 | Гуляш из говядины <small>(говядина свежая, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)</small> | 200 | 29,10 | 30,51 | 5,78 | 415,00 | тушение |
| 302/2007 | Каша гречневая рассыпчатая <small>(гречка вареная, масло сливочное, соль)</small> | 180 | 10,32 | 7,31 | 49,37 | 292,50 | варка |
| 387/2003 | Компот из клубники свежемороженой <small>(клубника замороженная, клубника свежая, сахар)</small> | 200 | 0,40 | 0,80 | 18,10 | 73,05 | варка |
| ГОСТ 31805-2018 | Хлеб пшеничный | 2/80 | 4,74 | 0,67 | 28,98 | 141,00 | нет |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 2/20 | 2,86 | 0,63 | 10,63 | 65,80 | нет |
| | Итого: | | 62,53 | 57,39 | 133,85 | 1261,60 | |
| Полдник для 1-4 классов (57.51) | | | | | | | |
| | Булочка сдобная в асс-те | 60 | 4,32 | 6,11 | 28,80 | 185,40 | нет |
| 380/2015 | Кисель из вишни свежемороженой <small>(вишня свежая, сахар, лимонная кислота, картофельный крахмал)</small> | 200 | 0,13 | 0,65 | 19,55 | 97,05 | варка |
| 377/2007 | Чай с лимоном <small>(лимон, сахар, чай в пакетиках)</small> | 200/197 | 0,13 | 0,65 | 19,20 | 62,00 | варка |
| | Итого: | | 4,58 | 7,41 | 67,55 | 344,45 | |
| Полдник для 5-11 классов (67.33) | | | | | | | |
| | Булочка сдобная в асс-те | 60 | 4,32 | 6,11 | 28,80 | 185,40 | нет |
| | Молоко сгущенное | 20 | 1,44 | 1,70 | 11,20 | 65,66 | нет |
| 380/2015 | Кисель из вишни свежемороженой <small>(вишня свежая, сахар, лимонная кислота, картофельный крахмал)</small> | 200 | 0,13 | 0,65 | 19,55 | 97,05 | варка |
| 377/2007 | Чай с лимоном <small>(лимон, сахар, чай в пакетиках)</small> | 200/197 | 0,13 | 0,65 | 19,20 | 62,00 | варка |
| | Итого: | | 6,02 | 7,11 | 78,75 | 410,11 | |

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

С.В. Шихова
С.В. Шихова

Н.А. Сбитнева

К.А. Федорова