

Степанов М.В. (инженер-технолог)

(структурное подразделение)

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О, АР)

23.01.2025

2025 г.

Согласовано:

Директор МБОУ (АУ)

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (180.00)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр нарезанный школы, хлеб тостовый)	75	0,63	0,72		3,70	нет
679/1996	Блинчики жареные с маслом (блинчики с/м б/н начинки, масло растительное, масло сливочное)	110	0,05	9,85	0,08	89,18	выпекание
471/2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200					нет
376/2007	Чай без сахара (чай весомой черный)	200			0,00	0,01	варка
Итого:			2,25	12,33	40,14	275,42	
Завтрак для 5-11 классов (265.20)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр нарезанный школы, хлеб тостовый)	75	0,63	0,72		3,70	нет
399/2005	Блинчики жареные с маслом (блинчики с/м б/н начинки, масло растительное, масло сливочное)	160	0,05	10,65	0,08	96,38	выпекание
471/2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	65,86	нет
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200					нет
376/2007	Чай без сахара (чай весомой черный)	200			0,00	0,01	варка
Итого:			2,25	13,13	40,14	282,62	
Обед для 1-4 классов (270.12)							
67/2015	Винегрет овощной (огорошек зеленый, консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	60	0,95	6,11	4,82	78,37	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)	260	7,45	6,98	16,41	158,22	варка
262/2009	Сердце в соусе (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	75/75	23,42	8,29	8,16	172,34	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макарон из группы в, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
346/2007	Компот из апельсинов (апельсины, кислота лимонная, сахар)	200	0,18	0,04	16,60	68,50	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Итого:			42,50	24,70	102,59	794,53	
Обед для 5-11 классов (291.18)							
67/2015	Винегрет овощной (огорошек зеленый, консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,59	10,18	8,03	130,62	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	7,45	6,98	16,41	158,22	варка
262/2009	Сердце в соусе (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)	100/75	31,05	7,97	9,27	218,67	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макарон из группы в, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
346/2007	Компот из апельсинов (апельсины, кислота лимонная, сахар)	200	0,18	0,04	16,60	68,50	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,87	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
Итого:			54,47	31,88	127,85	1 004,95	
Полдник для 1-4 классов (60.60)							
	Булочка сдобная	60					нет
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
376/2007	Чай без сахара (чай весомой черный)	200			0,00	0,01	варка
Итого:			1,00		22,40	90,01	
Полдник для 5-11 классов (70.70)							
	Булочка сдобная	60					нет
	Джем фруктовый порционный 20г	20	0,10		13,76	53,00	нет
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
376/2007	Чай без сахара (чай весомой черный)	200			0,00	0,01	варка
Итого:			1,10		36,16	143,01	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Шапошникова Е.В.

Федорова К.А.

Прокшина Л.В.