

## Общество с ограниченной ответственностью "ПроСервис Таймыр"

(организатор)

(структурное подразделение)

Утверждено:  
Заместитель директора по  
корпоративному питанию

А.С.Писаренко

-03- 10 2024 г.

Меню (О)  
10.10.2024

Согласовано:

Директор МБОУ(ОУ)

36

Исход. №

21

2024 г.

| № блюда по Сборнику рецептур      | 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<br>(лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный) | 165         | 3,72  | 13,44  | 17,20    | 205,18                | тушение                   |
| 312/2007                          | Пюре картофельное<br>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)                                                                                                                                  | 180         | 3,07  | 4,80   | 20,44    | 137,25                | варка                     |
| 378/2018                          | Чай с сахаром<br>(сахар, чай высшего сорта)                                                                                                                                                             | 200/15      | 0,07  | 0,02   | 15,00    | 60,00                 | варка                     |
| 338/2018                          | Яблоки свежие                                                                                                                                                                                           | 100         | 0,40  | 0,40   | 9,80     | 47,00                 | нет                       |
| ГОСТ 31805-2018                   | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                          | 30          | 2,37  | 0,33   | 14,49    | 70,50                 | нет                       |
|                                   | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                                                                                                                    | 20          | 1,43  | 0,32   | 8,42     | 42,90                 | нет                       |
| Итого:                            |                                                                                                                                                                                                         | 11,20       | 19,33 | 35,53  | 595,23   |                       |                           |
| 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<br>(лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе минтая с/к с/м, хлеб пшеничный) | 175         | 4,83  | 15,15  | 19,53    | 233,77                | тушение                   |
| 312/2007                          | Пюре картофельное<br>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)                                                                                                                                  | 180         | 3,08  | 5,76   | 24,53    | 164,70                | варка                     |
| 378/2018                          | Чай с сахаром<br>(сахар, чай высшего сорта)                                                                                                                                                             | 200/15      | 0,07  | 0,02   | 15,00    | 60,00                 | варка                     |
| 338/2018                          | Яблоки свежие                                                                                                                                                                                           | 100         | 0,40  | 0,40   | 9,80     | 47,00                 | нет                       |
| ГОСТ 31805-2018                   | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                          | 2/20        | 3,80  | 0,40   | 19,32    | 94,00                 | нет                       |
|                                   | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                                                                                                                    | 20          | 1,43  | 0,32   | 8,42     | 42,90                 | нет                       |
| Итого:                            |                                                                                                                                                                                                         | 14,02       | 22,08 | 37,02  | 545,97   |                       |                           |
| Обед для 1-4 классов (252.44)     |                                                                                                                                                                                                         |             |       |        |          |                       |                           |
| 67/2015                           | Винегрет овощной<br>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла)                                                    | 60          | 0,84  | 6,02   | 4,37     | 75,06                 | варка                     |
| 99/2007                           | Суп из овощей<br>(горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)                                                   | 250         | 1,59  | 4,99   | 9,15     | 95,25                 | варка                     |
| Ф                                 | Сметана к первому блюду                                                                                                                                                                                 | 10          | 0,25  | 1,00   | 0,45     | 11,90                 | кипячение                 |
| 288/2017                          | Птица отварная<br>(лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)                                                                                                                                         | 10          | 1,87  | 1,81   |          | 22,00                 | варка                     |
| 260/2007                          | Гуляш из говядины<br>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)                                                                               | 150         | 21,83 | 22,19  | 4,34     | 304,50                | тушение                   |
| 302/2007                          | Каша гречневая рассыпчатая<br>(гречка гречневая, масло сливочное, соль)                                                                                                                                 | 160         | 8,60  | 6,09   | 38,64    | 243,75                | варка                     |
| 387/2003                          | Компот из клубники свежемороженой<br>(кислота лимонная, клубника с/м, сахар)                                                                                                                            | 200         | 0,40  | 0,20   | 18,10    | 73,05                 | 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:                            |                                                                                                                                                                                                         | 40,37       | 42,87 | 105,21 | 974,18   |                       |                           |
| Обед для 5-11 классов (272.13)    |                                                                                                                                                                                                         |             |       |        |          |                       |                           |
| 67/2015                           | Винегрет овощной<br>(горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла)                                                    | 100         | 1,40  | 10,04  | 7,29     | 125,10                | варка                     |
| 99/2007                           | Суп из овощей<br>(горошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)                                                   | 250         | 1,59  | 4,99   | 9,15     | 95,25                 | варка                     |
| Ф                                 | Сметана к первому блюду                                                                                                                                                                                 | 10          | 0,25  | 1,00   | 0,45     | 11,90                 | кипячение                 |
| 288/2017                          | Птица отварная<br>(лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)                                                                                                                                         | 10          | 1,87  | 1,81   |          | 22,00                 | варка                     |
| 260/2007                          | Гуляш из говядины<br>(говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)                                                                               | 200         | 29,10 | 30,58  | 5,78     | 415,00                | тушение                   |
| 302/2007                          | Каша гречневая рассыпчатая<br>(гречка гречневая, масло сливочное, соль)                                                                                                                                 | 180         | 10,32 | 7,31   | 48,37    | 292,50                | варка                     |
| 387/2003                          | Компот из клубники свежемороженой<br>(кислота лимонная, клубника с/м, сахар)                                                                                                                            | 200         | 0,40  | 0,20   | 18,10    | 73,05                 | варка                     |
| ГОСТ 31805-2018                   | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                          | 2/30        | 4,74  | 0,67   | 28,98    | 141,00                | нет                       |
|                                   | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                                                                                                                    | 2/20        | 2,86  | 0,63   | 16,83    | 85,80                 | нет                       |
| Итого:                            |                                                                                                                                                                                                         | 52,53       | 57,03 | 132,95 | 1 261,80 |                       |                           |
| Полдник для 1-4 классов (57.71)   |                                                                                                                                                                                                         |             |       |        |          |                       |                           |
| Ф                                 | Булочка сдобная в асс-те                                                                                                                                                                                | 60          | 4,32  | 5,12   | 28,80    | 185,40                | нет                       |
| 350/2018                          | Кисель из вишни свежемороженой<br>(вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)                                                                                                            | 200         | 0,13  | 0,05   | 19,55    | 97,05                 | варка                     |
| 377/2007                          | Чай с лимоном без сахара<br>(лимоны, чай высшего сорта)                                                                                                                                                 | 200/7       | 0,06  | 0,01   | 0,21     | 2,39                  | варка                     |
| Итого:                            |                                                                                                                                                                                                         | 4,51        | 5,18  | 48,56  | 284,84   |                       |                           |
| Полдник для 5-11 классов (67.33)  |                                                                                                                                                                                                         |             |       |        |          |                       |                           |
| Ф                                 | Булочка сдобная в асс-те                                                                                                                                                                                | 60          | 4,32  | 5,12   | 28,80    | 185,40                | нет                       |
| 41/ПЕСТИ 2021                     | Молоко сгущенное                                                                                                                                                                                        | 20          | 1,44  | 1,70   | 11,20    | 95,88                 | нет                       |
| 350/2018                          | Кисель из вишни свежемороженой<br>(вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)                                                                                                            | 200         | 0,13  | 0,05   | 19,55    | 97,05                 | варка                     |
| 377/2007                          | Чай с лимоном без сахара<br>(лимоны, чай высшего сорта)                                                                                                                                                 | 200/7       | 0,06  | 0,01   | 0,21     | 2,39                  | варка                     |
| Итого:                            |                                                                                                                                                                                                         | 5,95        | 7,88  | 59,76  | 350,70   |                       |                           |

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

Н.А. Сбитнева

К.А. Федорова

Ю.И. Битва