

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О)

10.09.2024

Согласовано:

Директор МБОУ ОУ

2024 г.

2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	ГМО и БАД не используются				
		Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал
15/2007	Завтрак для 1-4 классов (168.27)					
15/2007	Сыр					
181/2007	Каша молочная из манной крупы с маслом сливочным (крупы манная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	25	0,63	0,72		3,70
379/2015	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	210	6,11	10,72	32,38	251,00
338/2015	Мандарины свежие	200	3,17	2,68	10,95	80,65
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50
	Итого:	20	1,43	0,32	8,42	42,90
15/2007	Завтрак для 5-11 классов (247.86)					
15/2007	Сыр					
258/2007	Говядина духовая (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	25	0,83	0,72		3,70
379/2015	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	260	24,45	24,26	23,00	324,00
338/2015	Мандарины свежие	200	3,17	2,68	10,95	80,65
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	100	0,80	0,20	7,50	38,00
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00
	Итого:	20	1,43	0,32	8,42	42,90
45/2007	Обед для 1-4 классов (252.44)					
45/2007	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	60	0,79	1,95	3,88	36,24
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (бобовые сушеные, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	5,49	5,27	16,53	148,25
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00
319/455/2003	Тефтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/м, хлеб пшеничный)	110	11,43	6,55	11,63	151,25
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, крупа пшеничная, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	188,45
504/2021	Кисель с витаминами (кисель с витаминами)	200	0	0	24	95
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90
	Итого:		30,21	20,71	112,64	769,84
45/2007	Обед для 5-11 классов (272.13)					
45/2007	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	100	1,31	3,25	6,47	60,40
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (бобовые сушеные, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	5,49	5,27	16,53	148,25
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00
319/455/2003	Тефтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/м, хлеб пшеничный)	150	14,40	8,45	15,36	195,24
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, крупа пшеничная, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14
504/2021	Кисель с витаминами (кисель с витаминами)	200	0	0	24	95
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00
ГОСТ 31805-2018	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80
	Итого:		37,28	25,29	155,28	949,83
Ф	Полдник для 1-4 классов (57.51)					
386/2007	Булочка сдобная в асс-те	60	4,32	6,12	28,80	185,40
376/2015	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	100	0,03	0,01	7,50	30,00
	Итого:		10,89	11,13	69,90	421,40
Ф	Полдник для 5-11 классов (67.33)					
41/ПЕСТИ 2021	Булочка сдобная в асс-те	60	4,32	6,12	28,80	185,40
386/2007	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	65,86
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	100	0,03	0,01	7,50	30,00
	Итого:		12,33	12,83	81,10	487,26

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Н.А. Сбитнева