

Утверждено:  
Заместитель директора по  
корпоративному питанию

Писаренко А.С.

Меню (О, АР, АЦ)

18.04.2025

2025 г.

Согласовано:

Директор МБОУ (АУ)

МЕНТО

2025 г.

| № блюда по<br>Сборнику<br>рецептур | Наименование и краткая характеристика блюда                                                                                                                   | Выход<br>блюда | Белки | Жиры  | Углеводы | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | Основной<br>технологический<br>процесс |
|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------|-------|----------|-----------------------------|----------------------------------------|
| Завтрак для 1-4 классов (180,00)   |                                                                                                                                                               |                |       |       |          |                             |                                        |
| 3/2007                             | Бутерброд с сыром<br>(масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)                                                                                    | 50             | 5,75  | 9,42  | 15,48    | 170,59                      | нет                                    |
| 679/1896                           | Блинчики жареные<br>(блинчики с/м блинчики, масло растительное)                                                                                               | 100            | 9,00  | 14,00 | 58,00    | 338,00                      | выпекание                              |
| АП                                 | Повидло                                                                                                                                                       | 20             | 0,08  | 0,02  | 13,00    | 50,00                       | нет                                    |
|                                    | Ежевика с сиропом<br>(ежевика с/м, кислота лимонная, сахар)                                                                                                   | 100            | 0,00  | 0,00  | 19,46    | 77,82                       | нет                                    |
| 386/2007                           | Йогурт фруктовый                                                                                                                                              | 200            |       |       |          |                             | нет                                    |
| 376/2007                           | Чай без сахара<br>(чай ввесовой черный)                                                                                                                       | 200            |       |       | 0,00     | 0,01                        | варка                                  |
|                                    | Итого:                                                                                                                                                        |                | 14,83 | 23,44 | 105,93   | 636,42                      |                                        |
| Завтрак для 5-11 классов (266,20)  |                                                                                                                                                               |                |       |       |          |                             |                                        |
| 3/2007                             | Бутерброд с сыром<br>(масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)                                                                                    | 50             | 5,75  | 9,42  | 15,48    | 170,59                      | нет                                    |
| 679/1896                           | Блинчики жареные<br>(блинчики с/м блинчики, масло растительное)                                                                                               | 150            |       | 2,40  |          | 21,58                       | выпекание                              |
| АП                                 | Повидло                                                                                                                                                       | 30             | 0,12  | 0,03  | 19,50    | 75,00                       | нет                                    |
|                                    | Ежевика с сиропом<br>(ежевика с/м, кислота лимонная, сахар)                                                                                                   | 100            | 0,00  | 0,00  | 19,46    | 77,82                       | нет                                    |
| 386/2007                           | Йогурт фруктовый                                                                                                                                              | 200            |       |       |          |                             | нет                                    |
| 376/2007                           | Чай без сахара<br>(чай ввесовой черный)                                                                                                                       | 200            |       |       | 0,00     | 0,01                        | варка                                  |
|                                    | Итого:                                                                                                                                                        |                | 5,87  | 11,85 | 54,43    | 346,00                      |                                        |
| Обед для 1-4 классов (270,12)      |                                                                                                                                                               |                |       |       |          |                             |                                        |
| 75/2007                            | Икра свекольная<br>(лук репчатый, масло растительное, сахар, свекла, соль, томатная паста)                                                                    | 60             | 1,42  | 0,06  | 13,72    | 111,18                      | тушение                                |
| 96/2007                            | Рассольник Ленинградский<br>(картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)       | 250            | 1,91  | 5,35  | 13,83    | 111,24                      | варка                                  |
| 288/2017                           | Птица отварная к первым блюдам<br>(лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)                                                                               | 10             | 3,24  | 0,26  | 0,09     | 15,64                       | варка                                  |
| АП                                 | Сметана к первым блюдам                                                                                                                                       | 10             | 0,25  | 1,00  | 0,45     | 11,90                       | хмлячение                              |
| 284/2007                           | Запеканка картофельная с субпродуктами и маслом<br>(картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, печенье валяная с/м, хлеб пшеничный) | 220            | 15,45 | 19,67 | 37,96    | 391,68                      | запекание                              |
| 409/ТИ 2006                        | Компот из плодов свежемороженных<br>(кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)                                                                            | 200            | 0,20  | 0,08  | 16,44    | 68,70                       | варка                                  |
| ГОСТ 31806-2018                    | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                | 48             | 3,56  | 0,45  | 21,74    | 105,75                      | нет                                    |
|                                    | Хлеб ржано-пшеничный                                                                                                                                          | 20             | 1,43  | 0,32  | 8,42     | 42,90                       | нет                                    |
|                                    | Итого:                                                                                                                                                        |                | 27,46 | 27,18 | 112,64   | 888,99                      |                                        |
| Обед для 5-11 классов (291,18)     |                                                                                                                                                               |                |       |       |          |                             |                                        |
| 75/2007                            | Икра свекольная<br>(лук репчатый, масло растительное, сахар, свекла, соль, томатная паста)                                                                    | 100            | 2,37  | 0,10  | 22,87    | 185,30                      | тушение                                |
| 96/2007                            | Рассольник Ленинградский<br>(картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)       | 250            | 1,91  | 5,35  | 13,83    | 111,24                      | варка                                  |
| 288/2017                           | Птица отварная к первым блюдам<br>(лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)                                                                               | 10             | 3,24  | 0,26  | 0,09     | 15,64                       | варка                                  |
| АП                                 | Сметана к первым блюдам                                                                                                                                       | 10             | 0,25  | 1,00  | 0,45     | 11,90                       | хмлячение                              |
| 284/2007                           | Запеканка картофельная с субпродуктами и маслом<br>(картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, печенье валяная с/м, хлеб пшеничный) | 290            | 22,23 | 24,48 | 49,70    | 509,52                      | запекание                              |
| 409/ТИ 2006                        | Компот из плодов свежемороженных<br>(кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)                                                                            | 200            | 0,20  | 0,08  | 16,44    | 68,70                       | варка                                  |
| ГОСТ 31806-2018                    | 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:                                                                                                                                                        |                | 37,80 | 32,57 | 149,19   | 1 129,10                    |                                        |
| Полдник для 1-4 классов (60,80)    |                                                                                                                                                               |                |       |       |          |                             |                                        |
| АП                                 | Печенье                                                                                                                                                       | 50             | 3,75  | 8,00  | 33,50    | 220,00                      | нет                                    |
| 355/2015                           | Кисель из кураги<br>(кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)                                                                                   | 200            | 0,89  | 0,06  | 27,76    | 134,65                      | варка                                  |
| 376/2007                           | Чай без сахара<br>(чай ввесовой черный)                                                                                                                       | 100            |       |       | 0,00     | 0,01                        | варка                                  |
|                                    | Итого:                                                                                                                                                        |                | 4,64  | 8,06  | 61,26    | 354,66                      |                                        |
| Полдник для 5-11 классов (70,70)   |                                                                                                                                                               |                |       |       |          |                             |                                        |
| АП                                 | Печенье                                                                                                                                                       | 50             | 3,75  | 8,00  | 33,50    | 220,00                      | нет                                    |
|                                    | Джем фруктовый порционный 20г                                                                                                                                 | 20             | 0,10  |       | 13,76    | 53,00                       | нет                                    |
| 355/2015                           | Кисель из кураги<br>(кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)                                                                                   | 200            | 0,89  | 0,06  | 27,76    | 134,65                      | варка                                  |
| 376/2007                           | Чай без сахара<br>(чай ввесовой черный)                                                                                                                       | 100            |       |       | 0,00     | 0,01                        | варка                                  |
|                                    | Итого:                                                                                                                                                        |                | 4,74  | 8,06  | 75,02    | 407,66                      |                                        |

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Шапошникова Е.В.

Федорова К.А.