

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О,А,Р,АЦ)
25.10.2024

2024 г.

Муниципальное бюджетное учреждение
«ПроСервис Таймыр»
(структурное подразделение)

Согласовано:
Директор МБОУ

2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр нарезанный школы, хлеб тостовый)						
Ф	Блинчики жареные с маслом (блинчики без начинки замор, масло растительное, масло сливочное)	75	9,60	8,10	26,50	211,50	нет
Ф	Джем фруктовый порционный	110	0,05	9,85	0,08	89,18	выпекание
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай вессовой черный)	20	0,10		13,78	53,00	нет
1064/2018	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	207	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
21/2019	Закрытый бутерброд с сыром (сыр нарезанный школы, хлеб тостовый)						
Ф	Блинчики жареные с маслом (блинчики без начинки замор, масло растительное, масло сливочное)	75	9,60	8,10	26,50	211,50	нет
Ф	Джем фруктовый порционный	160	0,05	10,65	0,08	96,38	выпекание
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай вессовой черный)	20	0,10		13,78	53,00	нет
1064/2018	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	207	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
Обед для 1-4 классов (252.44)							
46/2007	Салат из белокочанной капусты с яблоками (капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	60	0,22	3,07	5,33	50,37	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
362 ЕСТН 2021г	Жаркое из сердца 200 (картофель свежий, лук репчатый, морковь, сердце говяжье с/м, соль)	200	15,40	2,60	14,50	144,00	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженной (кислота лимонная, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	106,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		24,88	13,61	77,39	536,02	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
46/2007	Салат из белокочанной капусты с яблоками (капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	100	0,37	5,12	8,89	83,95	нет
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
362 ЕСТН 2021г	Жаркое из сердца (картофель свежий, лук репчатый, морковь, сердце говяжье с/м, соль)	250	19,25	3,25	18,12	180,00	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженной (кислота лимонная, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,05	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:		31,49	16,74	100,22	682,75	
Полдник для 1-4 классов (57.71)							
Ф	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
376/2007	Чай без сахара	100			0,00	0,01	варка
	Итого:		10,29	13,00	87,10	426,01	
Полдник для 5-11 классов (67.33)							
Ф	Печенье	50	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
411/ЕСТН 2021	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,20	65,88	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60		