

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О)

03.09.2024

2024 г.

" " 2024 г.

№ блюда по форме распределения	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценность , ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
293/2017	Птица жареная с маслом (масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)	95	26,70	23,45	0,24	319,35	запекание
310/2015	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	150	2,86	4,32	23,01	142,35	варка
503/2021	Какао с молоком и витаминами (какао напиток с витаминами 400г сою палитра, молоко, сахар)	200	2,90	3,20	14,88	99,90	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	20	1,80	0,20	9,66	47,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,15	0,48	12,83	64,35	нет
Итого:			37,21	31,85	67,72	710,95	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
293/2017	Птица жареная с маслом (масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)	110	29,69	29,72	0,30	388,06	запекание
310/2015	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	180	3,43	5,18	27,62	170,82	варка
503/2021	Какао с молоком и витаминами (какао напиток с витаминами 400г сою палитра, молоко, сахар)	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	20	1,80	0,20	9,66	47,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
Итого:			41,48	39,13	75,59	829,58	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, оварцы консервированные, соль)	60	1,05	3,71	5,55	59,70	нет
82/2015	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста)	250	1,80	4,92	10,93	103,75	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриные с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
319/455/2 003	Тефтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе грудки куриные с/м, хлеб пшеничный)	110	11,43	6,55	11,83	151,25	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
349/2015	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,68	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Итого:			30,85	24,74	124,38	853,85	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
42/2015	Салат картофельный с сол. огурцами, зел. горошком (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, оварцы консервированные, соль)	100	1,75	6,18	9,25	99,50	нет
82/2015	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста)	250	1,80	4,92	10,93	103,75	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриные с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
319/455/2 003	Тефтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, филе грудки куриные с/м, хлеб пшеничный)	150	14,40	8,45	15,36	195,24	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
349/2015	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,68	0,09	27,02	112,85	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:			38,85	30,86	155,19	1 084,34	
Полдник для 1-4 классов (55.09)							
Ф	Булочка сдобная	50					нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	100	0,03	0,01	7,5	30	варка
Итого:			6,54	5,00	35,80	213,99	
Полдник для 5-11 классов (55.09)							
Ф	Булочка сдобная	50					нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	100	0,03	0,01	7,5	30	варка
Итого:			6,54	5,00	35,80	213,99	

Приятного аппетита!