

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О,АР)

07.12.2024

2024 г.

Согласовано

Директор МБОУ

2024 г.

№ блюда по оборудованию рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
291/2007	Плов из птицы (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	200	17,08	16,09	41,06	352,00	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай высшего черного)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31806- 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:			21,89	16,96	87,27	570,40	
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
291/2007	Плов из птицы (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	275	26,88	19,07	54,74	500,88	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай высшего черного)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31806- 2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Итого:			32,94	20,01	105,78	742,78	
Обед для 1-4 классов (252.44)							
63/2007	Салат из свеклы с зеленым горошком (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	60	1,01	2,51	4,97	46,74	варка
98/2007	Суп Крестьянский (капуста свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)	250	1,48	4,92	6,09	76,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,81		22,00	варка
256/2007	Говядина тушеная (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, пшеничная паста)	150	22,80	23,07	3,84	310,50	тушение
310/2015	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	150	2,86	4,32	23,01	142,35	варка
348/2007	Компот из кураги (кислота лимонная, курага, сахар)	200	1,04	0,06	30,17	126,25	варка
ГОСТ 31806- 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:			36,66	37,26	98,26	872,74	
Обед для 5-11 классов (272.13)							
63/2007	Салат из свеклы с зеленым горошком (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,68	4,18	8,29	77,90	варка
98/2007	Суп Крестьянский (капуста свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь)	250	1,48	4,92	6,09	76,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,81		22,00	варка
256/2007	Говядина тушеная (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, пшеничная паста)	175	31,72	36,75	3,82	472,23	тушение
310/2015	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	180	3,43	5,18	27,82	170,82	варка
348/2007	Компот из кураги (кислота лимонная, курага, сахар)	200	1,04	0,06	30,17	126,25	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:			48,82	54,00	121,80	1 172,26	
Полдник для 1-4 классов (57.71)							
406/2007/ 714/1996	Пирожки печеные с печенью и луком (пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, дрожжи)	100	15,32	7,95	35,96	277,09	выпекание
386/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
Итого:			21,12	12,95	45,56	384,09	
Полдник для 5-11 классов (67.33)							
406/2007/ 714/1996	Пирожки печеные с печенью (пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, дрожжи)	2/75	20,36	10,64	62,58	427,89	выпекание
386/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
Итого:			26,16	15,64	72,18	534,89	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Иванченко Е.С.

К.А. Федорова