

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Ушакова Н.А.

Меню (О, АЦ)
07.02.2020



№ блюда по Сварному рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Вес блюда	Веса	жир	Углеводы	Вит. Вит. Вит.	Основная технологическая процесс
Завтрак для 1-4 классов (180,00)							
234/2018	Котлеты рыбные из минтая с маслом (много растительного, много сливочного, соль, фисташки из о.м, хлеб пшеничный)	100	8,01	18,16	13,03	200,88	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, много сливочного, молока, соль)	180	8,07	4,00	20,44	197,25	варка
376/2018	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	200/18	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,60	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	8,37	0,33	14,48	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		10,38	21,02	21,15	558,53	
Завтрак для 5-11 классов (280,20)							
234/2018	Котлеты рыбные из минтая с маслом (много растительного, много сливочного, соль, фисташки из о.м, хлеб пшеничный)	110	8,34	18,25	14,47	217,80	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, много сливочного, молока, соль)	180	8,08	5,76	24,53	184,70	варка
376/2018	Чай с сахаром (сахар, чай в пакетиках)	200/18	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,60	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	3/30	8,90	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		12,82	23,15	21,84	526,40	
Обед для 1-4 классов (270,12)							
40/2003	Салат витаминный с маслом растительным (капуста свежая, морковь лимонная, много растительного, морковь, сельдерей, яблоки)	80	0,19	3,07	5,16	49,51	нет
99/2007	Суп из овощей (картофель свежий, морковь свекла, картофель свежий, лук репчатый, много растительного, морковь, соль)	380	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, фисташки куриные о.м)	10	3,24	0,26	0,09	15,64	варка
АП	Сметана	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кислотно-жировая
268/2007	Плов из говядины (говядина о.м, лук репчатый, лук репчатый, много растительного, морковь, соль, помидорная паста)	300	16,73	18,17	38,98	308,56	тушение
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (клубника лимонная, клубника о.м, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	48	8,58	0,48	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		29,38	28,48	103,09	793,86	
Обед для 5-11 классов (291,18)							
40/2003	Салат витаминный с маслом растительным (капуста свежая, морковь лимонная, много растительного, морковь, сельдерей, яблоки)	100	0,39	5,11	8,60	82,52	нет
99/2007	Суп из овощей (картофель свежий, морковь свекла, картофель свежий, лук репчатый, много растительного, морковь, соль)	380	1,59	4,99	9,15	95,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, фисташки куриные о.м)	10	3,24	0,26	0,09	15,64	варка
АП	Сметана	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кислотно-жировая
268/2007	Плов из говядины (говядина о.м, лук репчатый, лук репчатый, много растительного, морковь, соль, помидорная паста)	378	27,47	28,75	53,16	563,38	тушение
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (клубника лимонная, клубника о.м, сахар)	300	0,40	0,20	18,10	73,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	3/30	4,74	0,47	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	3/30	2,86	0,63	18,83	95,80	нет
	Итого:		40,87	29,81	135,35	1 088,94	
Полдник для 1-4 классов (80,80)							
АП	Печенье	80	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	300					нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай в пакетиках)	307	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		5,29	9,63	42,86	276,00	
Полдник для 5-11 классов (70,70)							
АП	Печенье	80	3,75	8,00	33,50	220,00	нет
471/2021	Молоко сгущенное	30	1,44	1,70	11,20	60,66	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	300					нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай в пакетиках)	307	1,54	1,63	9,36	56,00	варка
	Итого:		6,73	11,33	54,06	341,66	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист:

Заведующий производством:

Шапошникова Е.В.

Федорова К.А.