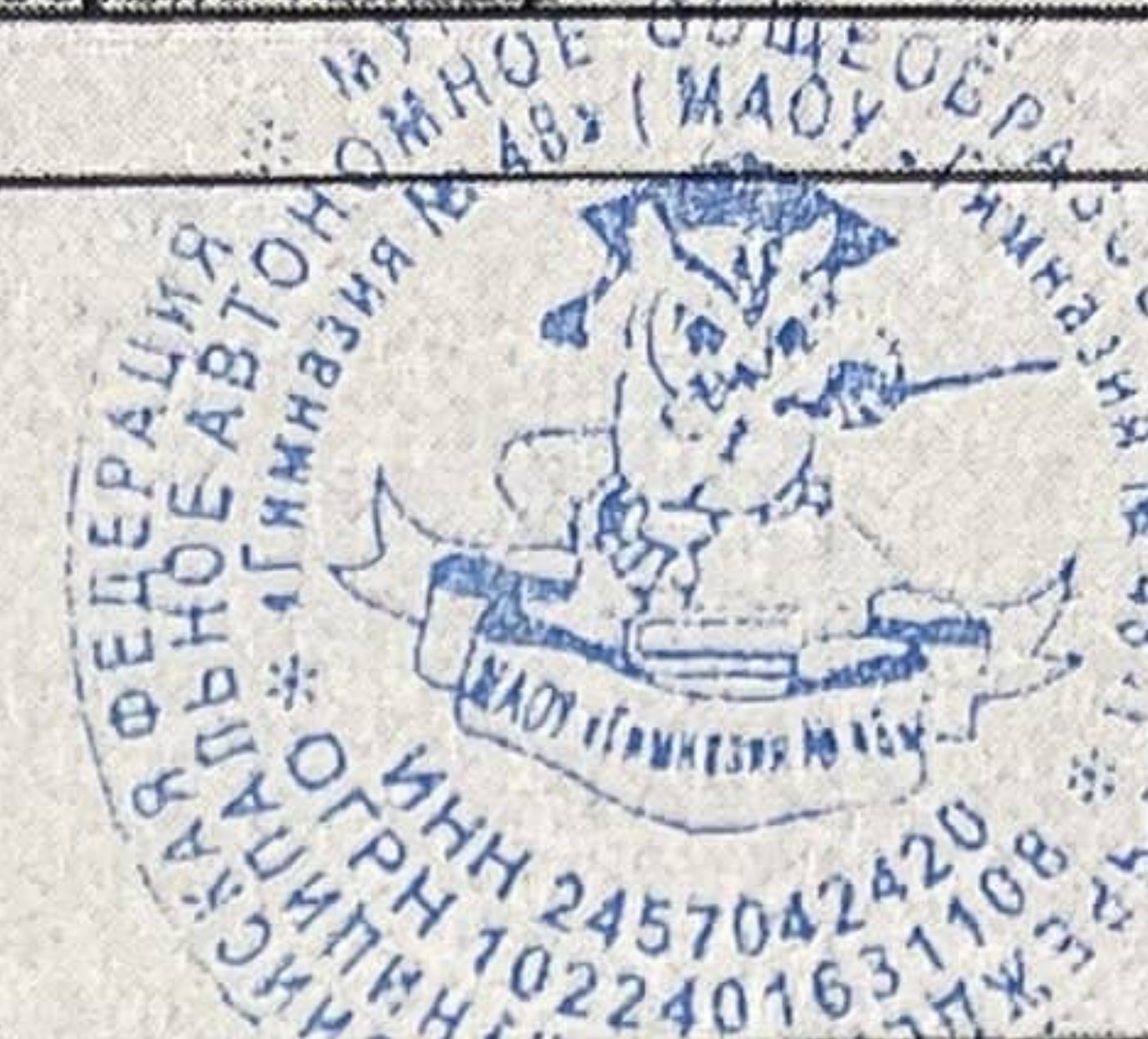


Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания
Н.А. Сбитрева
2023 г.

Меню (О)
09.10.2023

Согласовано:
Директор МБОУ (А)У
Н.В. Кувачук
2023 г.



ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, калл	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
296/2016	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным (масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	96	13,21	25,39	13,35	335,00	запекание
302/2016	Каша рисовая рассыпчатая (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	160	3,58	4,77	39,30	214,50	варка
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31806-2016	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,48	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		21,66	31,93	88,84	786,90	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
296/2016	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным (масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	15,30	29,40	15,48	388,00	запекание
302/2016	Каша рисовая рассыпчатая (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	4,30	5,72	47,16	257,40	варка
338/2016	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
ГОСТ 31806-2016	Хлеб пшеничный	2/28	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		25,80	36,06	113,48	885,30	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
17/2003	Салат Бурячок (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	60	0,96	5,09	4,73	68,00	варка
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, мясной порошок)	280	6,95	2,78	15,38	108,00	варка
229/2016	Минтай тушеный в томате с овощами (кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтай с/к с/м)	180	14,63	7,43	5,70	157,50	тушение
310/2016	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	180	2,85	4,32	23,01	142,35	варка
349/2016	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31806-2016	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:		31,05	20,48	108,00	735,35	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
17/2003	Салат Бурячок (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, свекла, соль, яблоки)	100	1,60	8,48	7,68	113,33	варка
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, мясной порошок)	280	6,95	2,78	15,38	108,00	варка
229/2016	Минтай тушеный в томате с овощами (кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста, филе минтай с/к с/м)	200	19,50	9,90	7,60	210,00	тушение
310/2016	Картофель отварной (картофель свежий, масло сливочное, соль)	180	3,43	5,18	27,82	170,82	варка
349/2016	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31806-2016	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,90	нет
	Итого:		38,74	27,73	131,31	889,80	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
386/2007	Печенье	100	7,60	18,00	68,00	461,00	нет
	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	208,00	нет
	Итого:		14,14	23,00	99,60	669,00	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
386/2007	Печенье	180	11,4	27	99	691,5	нет
	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	208,00	нет
	Итого:		17,94	32,00	132,60	899,50	

Приятного аппетита!

Исполнитель-технолог:

Ведущий технолог:

С.В. Сорокина
С.В. Сорокина
Е.С. Ивашкина
Е.С. Ивашкина

Утверждено:

Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Сбитнева

"06" 10 2023 г.

Меню (О,АР)

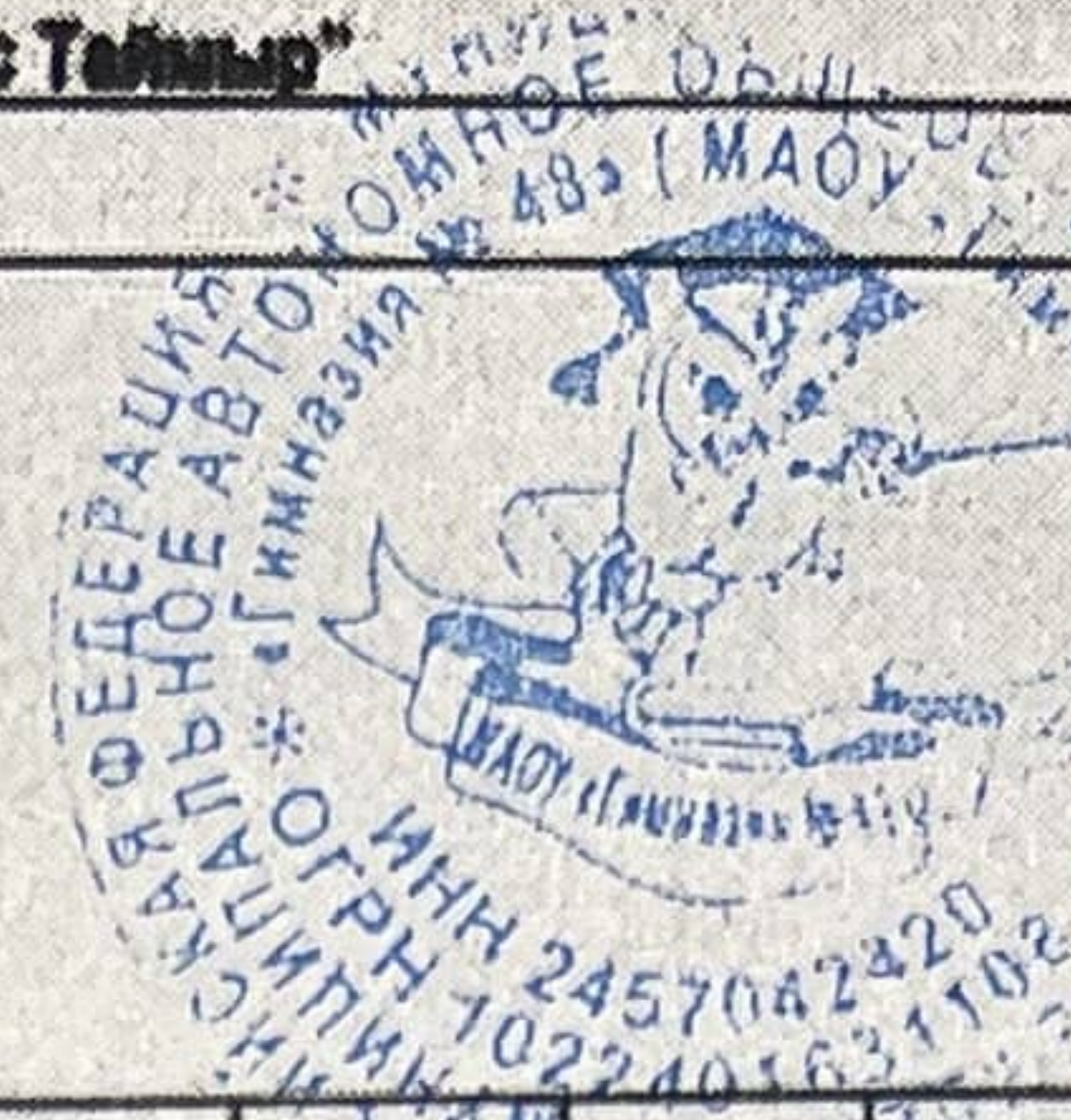
10.10.2023

Согласовано:

Директор МБОУ ОУ



2023 г.



ГМО и ВАР не используются

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
15/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
327/2003	Каша молочная Дружба с маслом сливочным (крупа пшеничная, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	5,97	12,06	33,53	267,34	варка
379/2015	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3,17	2,68	10,95	60,55	варка
338/2016	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	36,00	нет
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	6,42	42,90	нет
	Итого:		18,38	21,49	74,89	571,39	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
15/2007	Сыр	30	6,96	6,85		105,00	нет
258/2007	Говядина духовая (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	260	24,45	24,28	23,00	324,00	тушение
379/2015	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3,17	2,68	10,95	60,55	варка
338/2016	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	36,00	нет
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	2/20	3,80	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	6,42	42,90	нет
	Итого:		48,41	36,71	66,19	687,55	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
46/2007	Салат из белокачанной капусты с яблоками (капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	60	0,22	3,07	5,33	50,37	нет
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	260	1,93	6,34	10,05	104,00	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
220/2003	Чахохбили (кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, цыплята бройлеры с/м)	150	24,60	13,98	8,73	256,15	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	6,80	6,09	36,64	243,75	варка
350/2016	Кисель из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	19,55	97,05	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	6,42	42,90	нет
	Итого:		42,47	31,28	112,46	915,77	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
46/2007	Салат из белокачанной капусты с яблоками (капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, яблоки)	100	0,37	5,12	6,89	63,95	нет
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	260	1,93	6,34	10,05	104,00	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
220/2003	Чахохбили (кислота лимонная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, цыплята бройлеры с/м)	175	26,70	16,31	10,19	302,34	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
350/2016	Кисель из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0,13	0,05	19,55	97,05	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	26,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,63	86,80	нет
	Итого:		51,08	37,41	140,68	1 123,44	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	100	4,33	2,36	45,86	222,03	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,60	5,00	9,90	107,00	кипячение
	Итого:		10,13	7,36	55,76	329,03	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	8,92	5,96	66,34	444,00	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,60	5,00	9,90	107,00	кипячение
	Итого:		14,72	10,96	97,84	551,00	

Приятного аппетита!

Исполнитель:

Будущий исполнитель:

 В.В. Сорочкина



Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания
Н.А. Сбитнева
2023 г.

Меню (О)
11.10.2023

Согласовано:
Директор МБОУ ОУ
В.Е. Ковалева
2023 г.

ГМО в БД не используется

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2007	Запеканка из творога с повидлом (крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	29,89	20,54	47,20	492,76	запекание
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/18/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	Итого:		32,78	28,45	87,09	737,76	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	1/40	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2018	Запеканка из творога с повидлом (крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный порошок)	200	41,12	26,04	69,06	699,10	запекание
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/18/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
	Итого:		44,01	34,35	108,95	944,10	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
39/2007	Салат Школьный (огорошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, свекла, соль)	60	0,87	5,08	4,07	65,52	варка
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (варок пшеничный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	200	5,49	5,27	16,53	148,26	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе окорота куриное с/м б/к)	10	1,87	1,81		22,00	варка
173/2003	Котлеты Студенческие (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорота куриное с/м б/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	шт	30,92	20,80	25,00	316,46	запекание
156/2021 Пермь	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	60	1,50	1,30	5,00	37,50	варка
306/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,43	2,87	24,45	133,30	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженой (кислота лимонная, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,06	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,76	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,63	65,80	нет
	Итого:		48,60	37,79	128,89	872,63	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
39/2007	Салат Школьный (огорошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,46	8,46	6,78	109,62	варка
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (варок пшеничный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	200	5,49	5,27	16,53	148,26	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе окорота куриное с/м б/к)	10	1,87	1,81		22,00	варка
173/2003	Котлеты Студенческие (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорота куриное с/м б/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	шт	34,36	22,89	27,78	353,64	запекание
156/2021 Пермь	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	60	2,40	2,08	8,00	60,00	варка
306/2007	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2,43	2,87	24,45	133,30	варка
398/2003	Компот из черной смородины свежемороженой (кислота лимонная, сахар, смородина с/м)	200			14,97	56,06	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет
	Итого:		58,40	44,99	181,43	1188,36	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
426/2017	Булочка Дорожная (дрожжи сухие, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)	100	7,02	11,82	66,17	369,02	выпекание
388/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		8,02	11,82	78,57	459,02	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
426/2017	Булочка Дорожная (дрожжи сухие, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль)	100	10,54	17,73	64,28	538,53	выпекание
388/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		11,54	17,73	106,68	628,53	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Будущий технолог:

Заведующий производством:

В.В. Сорокина
Е.С. Извещенко

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Сбитнева

Меню (О, АР, АЦ)

12.10.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

И.Е. Иваницкая

2023 г.



№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	ГМО в ВАР не используется					Основно й тепловой
		Белки г/100г	Жиры г/100г	Углевод ы г/100г	Энерг. ценност ь, ккал	Энерг. ценност ь, ккал	
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
16/2007	Сыр	20	4,64	5,90		72,00	нет
	Блинчики жареные со сгущенным молоком (блинчики без начинки замор. масло растительное, молоко сгущенное)	180	2,16	4,96	16,65	119,98	выпекание
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/16	0,07	0,02	16,00	60,00	варка
1064/2018	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	26,86	116,67	нет
☉	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	6,42	42,90	нет
	Итого:		8,43	11,26	68,93	411,55	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
15/2007	Сыр	30	6,96	8,85		106,00	нет
	Блинчики жареные со сгущенным молоком (блинчики без начинки замор. масло растительное, молоко сгущенное)	230	2,16	6,76	16,65	127,17	выпекание
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/16	0,07	0,02	16,00	60,00	варка
1064/2018	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	26,86	116,67	нет
☉	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,15	0,48	12,63	64,35	нет
	Итого:		11,47	16,17	73,14	476,19	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
62/2007	Салат из моркови с сахаром (морковь, сахар)	60	0,74	0,06	6,89	49,02	нет
68/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	69,75	варка
☉	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпекание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
288/2007	Рагу из птицы (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	200	14,77	10,45	15,94	226,77	тушение
ТИ 409/2008	Компот из плодов свежемороженных (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	6,42	42,90	нет
	Итого:		25,52	16,21	63,18	714,89	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
62/2007	Салат из моркови с сахаром (морковь, сахар)	100	1,23	0,09	11,48	81,70	нет
68/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	250	1,77	4,95	7,90	69,75	варка
☉	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	выпекание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
269/2007	Рагу из птицы (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, филе окорока куриное с/м б/к)	275	24,76	14,79	21,31	315,63	тушение
ТИ 409/2008	Компот из плодов свежемороженных (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	26,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,63	85,60	нет
	Итого:		38,60	23,11	113,71	912,98	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
406/467/2 015	Пирожки печеные с картофелем и луком (пирожки сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи)	160	6,30	3,64	40,92	222,00	выпекание
386/2007	Кефир	200	5,80	6,40	8,00	116,00	нет
	Итого:		12,10	10,04	48,92	340,00	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
406/467/2 015	Пирожки печеные с картофелем и луком (пирожки сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, дрожжи)	275	7,50	6,69	50,40	291,90	выпекание
386/2007	Кефир	200	5,80	6,40	8,00	116,00	нет
	Итого:		13,30	13,09	58,40	409,90	

Приятного аппетита!

Исполнитель:

Ведущий технолог:

Заведующий производством:

С.В. Сорокина
И.Е. Иваницкая

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Об 10
2023 г.

Меню (О,АЦ)
13.10.2023

Согласовано:

Директор МБОУ

М.Е. Соболева

2023 г.



ГСО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
227/2003	Котлеты рыбные Любительские с маслом (лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, филе минтая с/к с/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	100	2,00	16,13	10,25	217,30	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай вассола черный)	200	1,54	1,63	9,38	58,00	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,83	14,40	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		11,80	23,81	72,78	570,98	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
227/2003	Котлеты рыбные Любительские с маслом (лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, филе минтая с/к с/к, хлеб пшеничный, яичный порошок)	110	2,20	17,00	11,28	233,14	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,08	5,78	24,57	164,70	варка
338/2018	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
431/2003	Чай с молоком (молоко, сахар, чай вассола черный)	200	1,54	1,63	9,38	58,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,80	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		13,83	25,81	82,81	627,74	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
67/2018	Винегрет овощной (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	80	0,84	8,02	4,37	75,06	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, капуста пекинская, пекарский лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	200	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
•	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,30	выпекание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/к, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,88		18,80	варка
260/2007	Гуляш из говядины (говядина с/к, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	100	21,83	22,18	4,34	304,50	тушение
309/2018	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	5,51	4,51	28,44	188,45	варка
355/2018	Кисель из кураги (кисель лимонный, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,80	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	48	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		38,38	48,83	105,89	967,28	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
67/2018	Винегрет овощной (горошек зеленый консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,40	10,04	7,20	128,10	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, капуста пекинская, пекарский лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	200	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
•	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,30	выпекание
241/2007	Говядина отварная (говядина с/к, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,88		18,80	варка
260/2007	Гуляш из говядины (говядина с/к, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	200	20,10	20,58	5,78	415,00	тушение
309/2018	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
355/2018	Кисель из кураги (кисель лимонный, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,80	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	23,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,88	0,83	18,80	85,80	нет
	Итого:		48,87	54,88	128,88	1 238,84	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
406/470	Пирожки печеные с яблоками (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	100	3,08	2,38	47,20	225,30	выпекание
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/к, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	78,00	варка
	Итого:		4,38	2,48	65,38	299,38	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
406/470/2018	Пирожки печеные с яблоками (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	2/78	5,97	3,42	70,80	387,80	выпекание
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/к, сахар)	200	0,40	0,20	18,10	78,00	варка
	Итого:		6,37	3,62	88,90	410,88	

Приятного аппетита!

Начальник отдела:

Ведущий технолог:

Заведующий подразделением:

С.В. Сорокина
С.В. Сорокина
Е.С. Ивашкина

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Сбытова

Меню (О,АР)

14.10.2023

2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ ОУ

2023 г.

ГМО в БАД не применяется

№ Блюда по Сборнику рецептов	Наименования и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основно я тепловой
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
287/2007	Фрикадельки из птицы (соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	80	18,85	7,35	7,40	178,40	варка
456/2003	Соус красный основной (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	50	0,42	0,87	3,15	22,20	варка
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	160	6,80	6,09	38,64	243,75	варка
338/2018	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/157	0,13	0,02	15,20	82,00	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,48	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		33,48	15,18	94,88	958,74	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
257/2007	Фрикадельки из птицы (соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	100	20,84	8,17	8,22	195,00	варка
456/2003	Соус красный основной (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	75	0,63	1,31	4,91	34,01	варка
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/157	0,13	0,02	15,20	82,00	варка
338/2018	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,80	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		37,85	17,73	108,84	759,40	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
24/2003	Салат Мазайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	80	0,66	5,15	5,57	72,15	варка
98/2007	Суп Крестьянский (капуста свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,45	4,92	6,08	78,25	варка
232/2009	Печень по-строгановски с соусом (масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль, томатная паста)	135	20,87	19,17	11,91	255,00	тушение
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,29	5,78	16,80	135,00	варка
348/2018	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,66	0,00	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,66	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		33,58	34,19	105,15	842,80	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
24/2003	Салат Мазайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	100	1,43	8,58	9,29	120,22	варка
98/2007	Суп Крестьянский (капуста свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,48	4,92	6,08	78,25	варка
232/2009	Печень по-строгановски с соусом (масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль, томатная паста)	180	27,82	25,55	15,68	340,00	тушение
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,92	6,93	19,21	162,00	варка
348/2018	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,66	0,00	27,02	112,85	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,08	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/30	3,66	0,72	23,04	139,20	нет
	Итого:		43,71	47,47	130,41	1 091,82	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
406/2007/486/2003	Пирожки печеные с морковью и яблоками (пирожки сухие, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	100	5,19	4,16	45,48	244,70	выпекание
355/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		11,09	9,16	55,08	351,70	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
406/2007/486/2003	Пирожки печеные с морковью и яблоками (пирожки сухие, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)	2/75	9,28	6,23	65,23	354,90	выпекание
355/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		15,08	11,23	74,83	461,89	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий технолог:

Заведующий производством:

Соп
В.В. Сорокина
Е.С. Иванченко