

Утверждено: _____
Заместитель директора по
нашему питанию
А.С Писаренко

Меню (О,АР,АЦ)
12.03.2024

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

В.В. Сороковоикова
12.03.2024 г.

ГМО и БАД не используются

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
3/20	Обед с сыром (сыр, лук репчатый, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	1/50	5,75	9,42	15,46	170,58	нет
162/20	Молочная пшеничная с маслом сливочным (пшеница, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	7,51	11,72	37,05	285,00	варка
103/20	С молоком и витаминами (пшеница с витаминами, молоко, сахар)	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
138/20	Хлебные свежее ржано-пшеничное	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
		20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
16/20	Завтрак для 5-11 классов (247.86)		17,99	25,06	85,41	645,39	
268/20	Хлебные мясные с маслом (фарш, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	30	6,96	8,85		108,00	нет
310/20	Пюре картофельное с маслом сливочным (картофель свежий, масло сливочное, соль)	110	16,50	22,20	14,32	326,00	запекание
503/20	С молоком и витаминами (пшеница с витаминами, молоко, сахар)	180	3,43	5,18	27,62	170,82	варка
338/20	Хлебные свежее пшеничное	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
3180/2018	Хлебные ржано-пшеничное	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
		2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
		20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
42/20	Обед для 1-4 классов (252.44)		35,22	40,55	94,16	888,82	
38/20	Пюре картофельное с сол. огурцами, зел. горошком (картофель консервированный, картофель свежий, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	60	1,05	3,71	5,55	59,70	нет
241/20	Пюре картофельное с морковью и луком (картофель свежий, морковь, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка
287/20	Пирожки из птицы (фарш куриный, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
455/20	Хлебные красные основные (пшеница, лук репчатый, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	90	15,47	6,03	7,40	150,05	варка
302/20	Пюре гречневая рассыпчатая (гречневая, масло сливочное, соль)	50	0,42	0,87	3,15	22,20	варка
604/20	Хлебные с витаминами пшеничные	150	8,60	6,09	38,84	243,75	варка
3180/2018	Хлебные ржано-пшеничные	200					варка
		45	3,56	0,46	21,74	105,75	нет
		20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
42/20	Обед для 5-11 классов (272.13)		34,46	24,80	94,95	745,14	
38/20	Пюре картофельное с сол. огурцами, зел. горошком (картофель консервированный, картофель свежий, масло растительное, огурцы консервированные, соль)	100	1,75	6,18	9,25	99,50	нет
241/20	Пюре картофельное с морковью и луком (картофель свежий, морковь, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1,93	6,34	10,05	104,00	варка
287/20	Пирожки из птицы (фарш куриный, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
455/20	Хлебные красные основные (пшеница, лук репчатый, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	100	17,19	6,70	8,22	166,72	варка
302/20	Пюре гречневая рассыпчатая (гречневая, масло сливочное, соль)	75	0,63	1,31	4,91	34,01	варка
604/20	Хлебные с витаминами пшеничные	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
3180/2018	Хлебные ржано-пшеничные	200					варка
		2/30	4,74	0,87	28,98	141,00	нет
		2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
176/20	Полдник для 1-4 классов (55.09)		41,43	30,13	124,81	940,33	
386/20	Пирожки с вишней (фарш куриный, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	6,04	3,36	52,79	283,84	выпекание
	Пирожки с фруктами	200	8,54	5,00	33,80	206,00	нет
176/20	Полдник для 5-11 классов (55.09)		12,58	8,36	86,39	469,84	
386/20	Пирожки с вишней (фарш куриный, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	9,05	5,10	79,09	395,78	выпекание
	Пирожки с фруктами	200	8,54	5,00	33,80	206,00	нет
			15,59	10,10	112,89	801,78	

Приятного аппетита!

Инициалы: _____
Ведущий специалист: _____
Заведующий кафедрой: _____

В.В. Сороковоикова
В.В. Сороковоикова
Е.С. Иващенко
Е.С. Иващенко