

№ 12.03
 А.С Писаренко
 2024 г.

Меню (О,АЦ)
 21.03.2024

Согласовано:
 Директор МБОУ (А)У
 2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной технологический процесс
Завтрак для 1-4 классов (168.27)							
70/2007	Огурцы свежие						
227/2003	Котлеты рыбные Любительские с маслом (лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб)	20	0,16	0,02	0,50	2,80	нет
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	100	2,69	16,13	10,25	197,46	запекание
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай вёсовой чёрный)	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
338/2015	Яблоки свежие	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	Итого:	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Завтрак для 5-11 классов (247.86)							
70/2007	Огурцы свежие						
227/2003	Котлеты рыбные Любительские с маслом (лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, филе минтая с/к с/м, хлеб)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	нет
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	110	2,98	17,00	11,38	211,10	запекание
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай вёсовой чёрный)	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
338/2015	Яблоки свежие (яблоки)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Итого:	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Обед для 1-4 классов (252.44)							
39/2007	Салат Школьный /без лука/ (горошек зелёный консервированный, масло растительное, огурцы консервированные, свёкла, соль)						
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	80	0,89	5,06	3,94	65,02	нет
461/2004	Тефтели из говядины с соусом томатным (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	165	12,76	17,31	18,87	281,76	тушение
ТИ 409/2006	Компот из плодов свежемороженых (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	200	1,00		31,76	170,00	варка
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Итого:	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
Обед для 5-11 классов (272.13)							
39/2007	Салат Школьный /без лука/ (горошек зелёный консервированный, масло растительное, огурцы консервированные, свёкла, соль)	100	1,48	8,48	6,57	108,85	нет
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина с/м, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, яичный порошок)	250	6,95	2,78	15,38	106,00	варка
461/2004	Тефтели из говядины с соусом томатным (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста, хлеб пшеничный)	195	16,81	21,86	23,24	357,27	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
ТИ 409/2006	Компот из плодов свежемороженых (кислота лимонная, сахар, смесь компотная с/м)	200	1,00		31,76	170,00	варка
ГОСТ 31805-2016	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		40,45	39,83	164,80	1 171,08	
Полдник для 1-4 классов (55.09)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный)	100	4,33	2,36	45,86	222,03	выпекание
386/2007	Коктейль молочный	200	6,20	5,00	21,60		нет
	Итого:		10,53	7,36	67,46	222,03	
Полдник для 5-11 классов (55.09)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный)	2/75	8,92	5,96	88,24	444,00	выпекание
386/2007	Коктейль молочный	200	6,20	5,00	21,60		нет
	Итого:		15,12	10,96	109,84	444,00	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:
 Ведущий технолог:
 Заведующий производством:

В.В. Сорокикова
 Е.С. Иващенко