

А.С Писаренко

Меню (О)  
23.03.2024

Согласовано:  
30  
Директор МБОУ (А)У  
Часов Е.И.  
23.03  
2024 г.

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
<b>Завтрак для 1-4 классов (168.27)</b>							
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока)						
338/2016	<b>Апельсины свежие</b>						
376/2015	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весовой черный)	200	17,06	16,09	41,06	352,00	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
	<b>Итого:</b>	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
		20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
		21,83	18,96	87,07	568,40		
<b>Завтрак для 5-11 классов (247.86)</b>							
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорока)						
376/2015	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весовой черный)	275	26,88	19,07	54,74	500,88	варка
338/2016	<b>Апельсины свежие</b>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	<b>Итого:</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
		32,88	20,01	108,58	740,78		
<b>Обед для 1-4 классов (252.44)</b>							
21/2003	<b>Салат Здоровье</b> (горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)						
98/2007	<b>Суп Крестьянский</b> (капуста свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	60	0,87	11,04	3,91	118,00	варка
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	250	1,48	4,92	6,09	76,25	варка
227/2007	<b>Минтай припущенный с маслом</b> (лук репчатый, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м)	10	2,00	0,98		16,80	варка
127/2015	<b>Картофель в молоке</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	100	15,42	8,12	0,84	138,00	припускание
355/2015	<b>Кисель из кураги</b> (кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	150	3,29	5,78	18,00	135,00	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	<b>Итого:</b>	2/20	2,86	0,63	18,83	85,80	нет
		30,37	31,98	93,17	810,25		
<b>Обед для 5-11 классов (272.13)</b>							
21/2003	<b>Салат Здоровье</b> (горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	100	1,45	18,40	6,52	196,67	варка
98/2007	<b>Суп Крестьянский</b> (капуста свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,48	4,92	6,09	76,25	варка
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
227/2007	<b>Минтай припущенный с маслом</b> (лук репчатый, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м)	110	17,12	8,22	0,92	148,00	припускание
127/2015	<b>Картофель в молоке</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,92	6,93	19,21	162,00	варка
355/2015	<b>Кисель из кураги</b> (кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/30	3,66	0,72	23,94	139,20	нет
	<b>Итого:</b>		35,26	40,90	113,42	1 012,57	
<b>Полдник для 1-4 классов (55.09)</b>							
406/2007/714/1996	<b>Пирожки печеные с печенью и луком</b> (пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	100	14,60	7,80	35,74	271,98	выпекание
385/2007	<b>Молоко кипяченое</b>	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	<b>Итого:</b>		20,40	12,80	45,34	378,98	
<b>Полдник для 5-11 классов (55.09)</b>							
406/2007/714/1996	<b>Пирожки печеные с печенью и луком</b> (пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	19,56	10,48	62,32	422,2	выпекание
844/1ч.	<b>Молоко кипяченое</b>	200	6,12	6,75	9,92	126,60	кипячение
	<b>Итого:</b>		25,68	17,23	72,24	548,80	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог: \_\_\_\_\_  
 Ведущий технолог: \_\_\_\_\_  
 Заведующий производством: \_\_\_\_\_

В.В. Сороковица  
 Е.С. Иващенко