

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (АР)  
09.11.2023

2023 г.

Согласовано:  
Директор МБОУ(АУ) *СШ № 37*  
*С.В. Сорокинина*  
2023 г.

№ блюда по сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход, блюда	Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
<b>Завтрак для 1-4 классов (160.26)</b>							
70/2007	Огурцы свежие	20	0,16		0,50	2,80	нет
293/2017	Птица жареная с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)</i>	95	28,70	23,45	0,24	319,35	запекание
312/2007	Пюре картофельное <i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</i>	150	3,07	4,80	20,44	137,25	варка
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай весовой черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>	40,34	33,94	92,69		838,80	
<b>Завтрак для 5-11 классов (236.06)</b>							
70/2007	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,76	4,20	нет
293/2017	Птица жареная с маслом <i>(масло растительное, масло сливочное, окорочка куриные с/м, сметана)</i>	110	29,69	29,72	0,30	388,06	запекание
312/2007	Пюре картофельное <i>(картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)</i>	180	3,68	5,76	24,53	164,70	варка
376/2015	Чай с сахаром <i>(сахар, чай весовой черный)</i>	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>	45,25	41,28	101,92		959,86	
<b>Обед для 1-4 классов (240.42)</b>							
59/2007	Салат из моркови с яблоками <i>(морковь, сахар, яблоки)</i>	80	0,64	0,10	5,11	23,84	нет
99/2007	Суп из овощей <i>(варошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</i>	250	1,59	4,89	9,15	95,25	варка
288/2017	Птица отварная <i>(лук репчатый, соль, филе грудки куриные с/м)</i>	10	1,87	1,61		22,00	варка
ф	Сметана к первому блюду	10	0,26	1,00	0,45	11,90	кипячение
256/2007	Говядина тушеная <i>(говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)</i>	150	22,80	23,07	3,84	310,50	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные <i>(макаронные изделия, масло сливочное, соль)</i>	150	5,51	4,51	28,44	168,45	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой <i>(вишня с/м, кислота лимонная, сахар)</i>	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,68	0,46	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>	37,65	38,05	90,12		838,74	
<b>Обед для 5-11 классов (259.17)</b>							
59/2007	Салат из моркови с яблоками <i>(морковь, сахар, яблоки)</i>	100	1,06	0,17	6,62	39,90	нет
99/2007	Суп из овощей <i>(варошек зеленый консервированный, капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)</i>	250	1,59	4,89	9,15	95,25	варка
288/2017	Птица отварная <i>(лук репчатый, соль, филе грудки куриные с/м)</i>	10	1,87	1,61		22,00	варка
ф	Сметана к первому блюду	10	0,26	1,00	0,45	11,90	кипячение
256/2007	Говядина тушеная <i>(говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)</i>	175	31,72	36,75	3,82	472,23	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные <i>(макаронные изделия, масло сливочное, соль)</i>	180	5,51	5,41	31,73	202,14	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой <i>(вишня с/м, кислота лимонная, сахар)</i>	200			14,97	56,05	варка
ГОСТ 31805-2018	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
	<b>Итого:</b>	50,70	51,23	114,45		1 126,27	
<b>Полдник для 1-4 классов (52.47)</b>							
408/470	Пирожки печеные с яблоками <i>(пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)</i>	100	3,98	2,28	47,20	225,20	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	<b>Итого:</b>		4,98	2,28	69,60	315,20	
<b>Полдник для 5-11 классов (52.47)</b>							
408/470/2015	Пирожки печеные с яблоками <i>(пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный порошок)</i>	275	5,97	3,42	70,80	337,80	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	<b>Итого:</b>		6,97	3,42	93,20	427,80	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

*Сопис*  
В.В. Сорокинина  
*Сопис*

Утверждено:  
Начальник отдела  
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (АР)  
11.11.2023

2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ (АУ)

2023 г.

№ блюда по сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой
<b>Завтрак для 1-4 классов (160.26)</b>							
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорочка куриное с/м б/к)	200	17,06	16,06	41,06	352,00	варка
338/2015	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
376/2015	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		21,83	16,96	87,07	568,40	
<b>Завтрак для 5-11 классов (236.06)</b>							
291/2007	<b>Плов из птицы</b> (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорочка куриное с/м б/к)	275	26,88	19,07	64,74	500,86	варка
376/2015	<b>Чай с сахаром</b> (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	<b>Апельсины свежие</b>	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805-2018	<b>Хлеб пшеничный</b>	2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	<b>Итого:</b>		32,88	20,01	105,58	740,76	
<b>Обед для 1-4 классов (240.42)</b>							
211/2003	<b>Салат Здоровье</b> (горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	60	0,87	11,04	3,91	118,00	варка
981/2007	<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
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, морковь, соль)	90	27,13	23,27	0,66	319,32	варка
127/2015	<b>Картофель в молоке</b> (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,29	5,78	16,00	135,00	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>	45	3,66	0,45	21,74	105,75	нет
	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	<b>Итого:</b>		41,95	47,76	92,89	996,77	
<b>Обед для 5-11 классов (259.17)</b>							
211/2003	<b>Салат Здоровье</b> (горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	100	1,46	16,40	6,62	196,67	варка
981/2007	<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
288/2017	<b>Птица отварная</b> (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
241/2007	<b>Говядина отварная</b> (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, морковь, соль)	100	30,14	25,85	0,62	354,79	варка
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>		48,15	69,16	113,12	1 226,66	
<b>Полдник для 1-4 классов (52.47)</b>							
406/2015/718/1986	<b>Пирожки печеные с печенью и рисом</b> (пирожки сухие, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, перец в ас-сте, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	100	9,69	5,35	44,84	265,91	выпекание
386/2007	<b>Йогурт фруктовый</b>	200	6,64	5,00	33,60	206,00	нет
	<b>Итого:</b>		16,13	10,35	78,44	471,91	
<b>Полдник для 5-11 классов (52.47)</b>							
406/2015/714/1986	<b>Пирожки печеные с печенью и рисом</b> (пирожки сухие, крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	275	14,92	7,38	67,24	395,14	выпекание
386/2007	<b>Йогурт фруктовый</b>	200	6,64	5,00	33,60	206,00	нет
	<b>Итого:</b>		21,48	12,38	100,84	601,14	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокикова

С.В. Сорокикова