

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания
Н.А. Ушакова

Меню (О, АР)
18.12.2023

Согласовано
Директор
С.М. 37
С.В. Сбитнева
18.12.2023 г.



№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	ГМО и БАД не используются				Энерг. ценность, ккал	Основной и тепловой процесс
		Белки	Жиры	Углеводы	Витамины		
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
319/455/2 003	Тефтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорт, сахар, соль, томатная паста, филе окорочка куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	10,93	7,52	11,56	158,76	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,60	6,09	38,64	243,75	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай вёсовой чёрный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	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
	Итого:	23,80	14,68	97,81	622,91		
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
319/455/2 003	Тефтели мясные школьные (говядина с/м, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорт, сахар, соль, томатная паста, филе окорочка куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	150	13,78	9,57	15,28	204,64	запекание
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10,32	7,31	46,37	292,50	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай вёсовой чёрный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	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
	Итого:	29,60	18,12	114,19	741,04		
Обед для 1-4 классов (240.42)							
45/2007	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	60	0,79	1,95	3,88	36,24	нет
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (горох лущенный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь,	250	5,49	5,27	16,53	148,25	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 сорт, окорочка куриные с/м, соль, томатная паста)	150	24,80	13,98	8,73	259,15	тушение
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	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- 2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:	44,38	27,46	117,50	947,54		
Обед для 5-11 классов (259.17)							
45/2007	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста свежая, кислота лимонная, масло растительное, морковь, сахар, соль)	100	1,31	3,25	6,47	60,40	нет
102/2007	Суп картофельный с бобовыми (горох лущенный сухой, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь,	250	5,49	5,27	16,53	148,25	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 сорт, окорочка куриные с/м, соль, томатная паста)	175	28,70	16,31	10,19	302,34	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- 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
	Итого:	62,71	32,52	142,49	1 126,73		
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
Ф	Печенье	100	7,60	18,00	66,00	461,00	нет
	Молоко витаминизированное 3,2%	200	5,60	6,40	9,40	118,00	нет
	Итого:	13,20	24,40	75,40	579,00		
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
Ф	Печенье	150	11,40	27,00	99,00	691,50	нет
	Молоко витаминизированное 3,2%	200	5,60	6,40	9,40	118,00	нет
	Итого:	17,00	33,40	108,40	809,50		

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Н.А. Сбитнева

Заведующий производством:

С.М. Сурдина

Утверждено:
Начальник отдела
общественного

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)
19.12.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

Сбитнова О.С.

2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Входной вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность	Основной технологический процесс
Завтрак для 1-4 классов (180.28)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	180	5,75	9,42	15,46	170,59	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
603/2021	Какао с молоком и витаминами (какао напиток с витаминами 400г обо палитров, молоко, сахар)	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
Ф	Печенье	50	3,80	8,00	33,00	230,50	нет
	Итого:		19,22	33,88	104,17	806,33	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
3/2007	Бутерброд с сыром (масло сливочное, сыр в ассортименте, хлеб пшеничный)	180	5,75	9,42	15,46	170,59	нет
327/2003	Каша молочная Дружба с маслом сливочным (крупа пшеничная, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	240	6,88	12,62	38,68	296,65	варка
603/2021	Какао с молоком и витаминами (какао напиток с витаминами 400г обо палитров, молоко, сахар)	200	2,90	3,20	14,68	99,90	варка
338/2015	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	нет
Ф	Печенье	50	3,80	8,00	33,00	230,50	нет
	Итого:		20,12	34,44	109,30	835,64	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
24/2003	Салат Мазайка (картофель свежий, кукуруза зерно консервированная, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	60	0,88	5,15	5,67	72,15	варка
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	280	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
163/2003	Котлеты Здоровье с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)	98	13,30	20,46	5,85	260,70	запекание
302/2016	Каша рисовая рассыпчатая (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	3,58	4,77	39,30	214,59	варка
504/2021	Кисель с витаминами	200					варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		28,62	38,71	89,24	819,85	
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
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста)	280	1,77	4,95	7,90	89,75	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22,00	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
163/2003	Котлеты Здоровье с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, морковь, соль, хлеб пшеничный, яичный порошок)	110	14,80	26,40	6,54	322,91	запекание
302/2016	Каша рисовая рассыпчатая (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	180	4,30	5,72	47,16	267,40	варка
504/2021	Кисель с витаминами	200					варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,88	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		32,03	49,88	117,15	1060,98	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
479 с/р	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, кургав, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный)	100	8,42	12,50	62,76	394,00	выпекание
386/2007	Йогурт фруктовый (Йогурт 2,5% жирные ягоды 0,2 кг п/п/п стакан 1л/мл)	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		14,96	17,50	96,36	600,00	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
479 с/р	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, кургав, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный)	160	10,62	17,16	93,88	573,58	выпекание
386/2007	Йогурт фруктовый (Йогурт 2,5% жирные ягоды 0,2 кг п/п/п стакан 1л/мл)	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		17,16	22,16	127,48	779,58	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:
Заведующий производством:

Н.А. Сбитнова

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)
20.12.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(А) СШ №3

С.В. Сивастьянова

11.12.2023 г.

2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход				Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс
		Блюда	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	140	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)	200	29,89	20,84	47,20	492,76	запекание
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай высшего черного)	200/167	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
	Итого:		33,28	28,25	85,39	733,76	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
1/2007	Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	140	2,36	7,49	14,89	136,00	нет
223/2015	Запеканка из творога с повидлом (крупа манная, масло сливочное, повидло, сахар, сметана, соль, творог, хлеб пшеничный, яичный)	230	35,33	24,34	53,95	680,09	запекание
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай высшего черного)	200/167	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
	Итого:		38,72	32,05	92,14	821,09	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
39/2007	Салат Школьный (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, овуры консервированные, свекла, соль)	60	0,87	5,06	4,07	65,52	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, овуры консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
289/2007	Рагу из птицы (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, филе цыпленка куриное с/м б/к)	200	14,77	10,45	15,94	228,77	тушение
346/2007	Компот из мандаринов (мандарины, сахар)	200	0,19	0,05	1,80	9,12	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		28,53	23,71	72,81	630,91	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
39/2007	Салат Школьный (горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, овуры консервированные, свекла, соль)	100	1,46	8,48	6,78	109,62	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, овуры консервированные, соль)	250	2,02	5,09	11,98	107,25	варка
244/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2,00	0,98		16,80	варка
	Сметана к первому блюду	10	0,25	1,00	0,45	11,90	кипячение
289/2007	Рагу из птицы (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста, филе цыпленка куриное с/м б/к)	275	24,75	14,79	21,31	315,93	тушение
346/2007	Компот из мандаринов (мандарины, сахар)	200	0,19	0,05	1,80	9,12	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	23,84	139,20	нет
	Итого:		38,07	31,78	95,24	650,82	
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)	100	3,98	2,28	47,20	225,20	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		4,98	2,28	69,60	315,20	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
406/470/2015	Пирожки печеные с яблоками (пирожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яблоки, яичный)	275	5,97	3,42	70,80	397,80	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1,00		22,40	90,00	нет
	Итого:		6,97	3,42	93,20	427,80	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:
Заведующий производством:

Н.А. Сбитнев

С.В. Сивастьянова

Утверждено:
Начальник отдела
общественного

Н.А. Ушакова

Меню (О, АЦ)
21.12.2023

2023 г.

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

2023 г.



№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки МБОУ	Жиры МБОУ	Углеводы МБОУ	Энергетическая ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
70/2007	Огурцы свежие	20	0,16	0,02	0,8	2,8	нет
234/2016	Рыбные палочки с маслом (масло сливочное, рыбные палочки из филе минтая в панир с/м)	60	10,48	21,85	0,48	162	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	160	3,07	4,8	20,44	137,25	варка
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай восточный черный)	200/16	0,07	0,02	15	60	варка
386/2007	Йогурт фруктовый (йогурт 2,5%)	200	6,54	5	33,6	206	нет
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	30	2,87	0,33	14,49	70,5	нет
ГОСТ 31806-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,9	нет
	Итого:		24,09	32,34	82,93	681,45	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
70/2007	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,2	нет
234/2016	Рыбные палочки с маслом (масло сливочное, рыбные палочки из филе минтая в панир с/м)	110	12,7	26,7	0,59	199	запекание
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,68	5,76	24,53	164,7	варка
376/2016	Чай с сахаром (сахар, чай восточный черный)	200/16	0,07	0,02	15	60	варка
386/2007	Йогурт фруктовый (йогурт 2,5%)	200	6,54	5	33,6	206	нет
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3,6	0,4	19,32	93	нет
ГОСТ 31806-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,9	нет
	Итого:		26,26	38,23	102,21	769,8	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
69/2007	Салат из моркови с яблоками (морковь, сахар, яблоки)	60	0,64	0,1	5,11	23,94	нет
82/2016	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль)	260	1,8	4,92	10,93	103,75	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1	0,45	11,9	кипячение
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)	165	12,76	17,31	18,67	281,76	тушение
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8,6	6,09	38,64	243,75	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,4	0,2	16,1	73,05	варка
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
ГОСТ 31806-2018	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,9	нет
	Итого:		31,31	32	122,06	908,8	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
59/2007	Салат из моркови с яблоками (морковь, сахар, яблоки)	100	1,06	0,17	9,62	39,9	нет
82/2016	Борщ с капустой и картофелем (капуста свежая, картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, свекла, соль)	260	1,8	4,92	10,93	103,75	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1,87	1,61		22	варка
Ф	Сметана к первому блюду	10	0,25	1	0,45	11,9	кипячение
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
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	160	10,32	7,31	48,37	292,5	варка
387/2003	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0,4	0,2	16,1	73,05	варка
ГОСТ 31806-2018	Хлеб пшеничный	2/30	4,74	0,67	28,98	141	нет
ГОСТ 31806-2018	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,9	нет
	Итого:		40,11	38,37	163,42	1127,17	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (борожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	100	4,33	2,38	45,88	222,03	выпекание
	Молоко витаминизированное 3,2%	200	5,6	6,4	9,4	118	нет
	Итого:		9,93	8,76	55,28	340,03	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
410/2007	Ватрушка с повидлом (борожки сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, повидло, сахар, соль, яичный порошок)	275	8,92	5,98	88,24	444	выпекание
	Молоко витаминизированное 3,2%	200	5,6	6,4	9,4	118	нет
	Итого:		14,52	12,38	97,64	562	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:
Заведующий производством:

Н.А. Сбитнева

Handwritten signature

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АР)
22.12.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(АУ)

С.М. Заватьева

"14" 12 2023 г.

12 2023 г.



№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Виды сырья	Бекон	Слив.	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (180,26)								
173/2003	Котлеты Студенческие с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, яйца куриные, морковь с/м с/к, хлеб пшеничный, лимонный порошок)		85	14,82	18,88	14,24	288,98	запекание
309/2016	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)		150	5,51	4,51	26,44	188,45	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай восточный черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20		62,00	варка
338/2016	Яблоки свежие		100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
Ф	Хлеб пшеничный		30	2,37	0,33	14,49	70,50	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:			24,65	24,46	85,89	679,53	
Завтрак для 5-11 классов (239,95)								
173/2003	Котлеты Студенческие с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, яйца куриные, морковь с/м с/к, хлеб пшеничный, лимонный порошок)		110	18,49	24,65	15,85	354,36	запекание
309/2016	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)		180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимоны, сахар, чай восточный черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20		62,00	варка
338/2016	Яблоки свежие		100	0,40	0,40	9,80	47,00	нет
Ф	Хлеб пшеничный		2/20	3,60	0,40	19,32	94,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:			28,65	31,20	100,32	802,40	
Обед для 1-4 классов (240,42)								
67/2016	Винегрет овощной (морковь зеленая консервированная, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, сельдь, соль)		60	0,84	6,02	4,37	75,08	варка
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, лимонный порошок)		250	6,95	2,78	15,38	108,00	варка
406/14	Сердце в соусе (говядина с/м, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)		150	23,41	6,29	8,18	172,34	тушение
302/2016	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное, соль)		160	4,35	7,30	30,85	206,25	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня с/м, лимонная кислота, сахар)		200			14,97	56,05	варка
Ф	Хлеб пшеничный		45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:			40,64	23,16	103,91	784,35	
Обед для 5-11 классов (289,17)								
67/2016	Винегрет овощной (морковь зеленая консервированная, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, сельдь, соль)		100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка
104/2017	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, лимонный порошок)		250	6,95	2,78	15,38	108,00	варка
406/14	Сердце в соусе (говядина с/м, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, сердце говяжье с/м, соль, томатная паста)		175	31,28	8,26	9,45	219,64	тушение
302/2016	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное, соль)		160	5,22	8,76	37,02	247,50	варка
384/2003	Компот из вишни свежемороженой (вишня с/м, лимонная кислота, сахар)		200			14,97	56,05	варка
Ф	Хлеб пшеничный		2/30	4,74	0,67	28,98	141,00	нет
Ф	Хлеб ржано-пшеничный		2/20	2,86	0,63	16,83	85,60	нет
	Итого:			62,45	31,14	129,92	981,09	
Полдник для 1-4 классов (82,47)								
06/467/20	Пирожки печеные с картофелем и луком (дрожжи сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, лимонный порошок)		75	4,86	3,54	33,44	185,05	выпекание
И 409/200	Компот из плодов свежемороженой вишни (лимонная кислота, сахар, плоды вишни с/м)		200	1,00		31,76	170,00	варка
	Итого:			5,86	3,54	65,20	355,05	
Полдник для 5-11 классов (63,47)								
06/467/20	Пирожки печеные с картофелем и луком (дрожжи сухие, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, лимонный порошок)		2/75	7,50	6,69	50,40	291,90	выпекание
И 409/200	Компот из плодов свежемороженой вишни (лимонная кислота, сахар, плоды вишни с/м)		200	1,00		31,76	170,00	варка
	Итого:			8,50	6,69	82,16	461,90	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

Г.Д. Муратова

К.А. Федорова

С.В. Смирнов

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АЦ)
23.12.2023

Согласовано:

Директор МБОУ

11/12 2023 г.



2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Основной тепловой процесс
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
291/2007	Плов из птицы (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорота куриное с/м б/к)	200	17,08	16,09	41,06	352,00	варка
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,86	116,67	нет
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
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
	Итого:		21,06	16,83	107,83	642,07	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
291/2007	Плов из птицы (крупа рисовая, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль, томатная паста, филе окорота куриное с/м б/к)	275	26,88	19,07	54,74	500,88	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/16	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
1064/2019	Клубника быстрозамороженная с сиропом (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	100	0,13	0,07	28,86	116,67	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
	Итого:		32,11	19,88	126,34	814,45	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
21/2003	Салат Здоровье (горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	80	0,87	11,04	3,91	118,00	варка
98/2007	Суп Крестьянский (капустя свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,48	4,92	6,09	76,25	варка
227/2007	Минтай припущенный с маслом (лук репчатый, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м)	100	16,42	8,12	0,84	138,00	припускание
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	150	3,29	5,78	16,00	135,00	варка
355/2015	Кисель из кураги (кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	варка
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2,86	0,63	16,83	85,80	нет
	Итого:		28,37	31,00	93,17	793,45	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
21/2003	Салат Здоровье (горошек зеленый консервированный, масло растительное, морковь, свекла, соль)	100	1,45	18,40	6,52	196,67	варка
98/2007	Суп Крестьянский (капустя свежая, картофель свежий, крупа пшеничная, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, соль)	250	1,48	4,92	6,09	76,25	варка
227/2007	Минтай припущенный с маслом (лук репчатый, масло сливочное, соль, филе минтая с/к с/м)	110	17,12	8,22	0,92	146,00	припускание
127/2015	Картофель в молоке (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	180	3,92	6,93	19,21	162,00	варка
355/2015	Кисель из кураги (кислота лимонная, крахмал картофельный, курага, сахар)	200	0,89	0,06	27,76	134,65	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:		33,28	38,92	113,42	895,77	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
406/2007/714/1996	Пирожки печеные с печенью и луком (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	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		20,40	12,80	45,34	378,98	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
406/2007/714/1996	Пирожки печеные с печенью и луком (пирожки сухие, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, сахар, соль, яичный порошок)	275	19,56	10,48	62,32	422,2	выпекание
644/14	Молоко кипяченое	200	6,12	6,75	9,92	126,60	кипячение
	Итого:		25,68	17,23	72,24	548,80	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:
Заведующий производством:

Н.А. Сбитнев: