

СМОУ ссс №29

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А Ушакова

Меню (О)
13.11.2023

2023 г

Согласовано:

Директор МБОУ (А)У

Д.В. Давыденко О.К.

03.11.2023

2023 г

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг ценност ь, ккал	Основн ый тепловой
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
295/2015	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным (масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	95	13,21	25,39	13,35	335,00	запекание
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
ГОСТ 31805- 2018	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,33	14,49	70,56	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		23,49	30,77	65,80	719,85	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
295/2015	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с маслом сливочным (масло растительное, масло сливочное, соль, филе окорока куриное с/м б/к, хлеб пшеничный)	110	15,30	29,40	15,46	389,00	запекание
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай весовой черный)	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	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:		27,91	35,75	68,03	830,04	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
67/2015	Винегрет овощной (апельсин консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	60	0,84	6,02	4,37	75,06	варка
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	250	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе окорока куриное с/м б/к)	10	1,97	1,61		22,00	варка
230/2015	Минтай жареный с маслом (масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтая с/к с/м)	100	13,76	14,05	3,97	197,40	запекание
305/2007	Рис с овощами (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, морковь, соль, томатная паста)	150	3,57	12,85	35,23	271,27	варка
349/2015	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
Ф	Мороженое молочное	70	2,73	2,40	20,86	101,60	нет
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:		31,10	40,83	139,07	1 047,08	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
67/2015	Винегрет овощной (апельсин консервированный, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, свекла, соль)	100	1,40	10,04	7,29	125,10	варка
103/2007	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, макаронные изделия, масло растительное, морковь, соль)	250	2,68	2,84	17,46	118,25	варка
288/2017	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе окорока куриное с/м)	10	1,97	1,61		22,00	варка
230/2015	Минтай жареный с маслом (масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, соль, филе минтая с/к с/м)	110	15,28	14,80	4,40	212,00	запекание
450/2003	Рис с овощами (крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, морковь, соль, томатная паста)	180	4,29	15,43	42,28	326,53	варка
349/2015	Компот из смеси сухофруктов (кислота лимонная, сахар, сухофрукты)	200	0,66	0,09	27,02	112,85	варка
Ф	Мороженое молочное	70	2,73	2,40	20,86	101,60	нет
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:		36,51	48,51	165,12	1 244,13	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
Ф	Печенье	100	7,60	18,00	66,00	461,00	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		14,14	23,00	99,60	667,00	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
Ф	Печенье	150	11,40	27,00	99,00	691,50	нет
386/2007	Йогурт фруктовый	200	6,54	5,00	33,60	206,00	нет
	Итого:		17,94	32,00	132,60	897,50	

Приятного аппетита!

Инженер технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

В.В. Сорокикова

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А Ушакова

2023 г

Меню (О,А,Р)

14.11.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(А)У

2023 г

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	ГМО и БАД не используются					Основной тепловой
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	й	
Завтрак для 1-4 классов (160.26)								
15/2007	Сыр	20	4.64	5.90		72.00	нет	
181/2007	Каша молочная из манной крупы с маслом сливочным (крупа манная, масло сливочное, молоко, сахар, соль)	210	6.11	10.72	32.38	261.00	варка	
379/2015	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3.17	2.68	10.95	80.65	варка	
338/2015	Мандарины свежие	100	0.80	0.20	7.50	38.00	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:		18.52	20.15	73,74	555,05		
Завтрак для 5-11 классов (236.06)								
15/2007	Сыр	30	6.96	8.85		105.00	нет	
258/2007	Говядина духовая (говядина с/м, картофель свежий, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, соль, томатная паста)	260	24.45	24.26	23.00	324.00	тушение	
379/2015	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3.17	2.68	10.95	80.65	варка	
338/2015	Мандарины свежие	100	0.80	0.20	7.50	38.00	нет	
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	2/20	3.90	0.40	19.32	94.00	нет	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.43	0.32	8.42	42.90	нет	
	Итого:		40.41	36,71	69,19	667,55		
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	
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1.93	6.34	10.05	104.00	варка	
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2.00	0.98		16.80	варка	
297/2007	Фрикадельки из птицы (соль, филе окорока куриное с/м б/ж, хлеб пшеничный)	90	18.85	7.35	7.40	176.40	варка	
455/2003	Соус красный основной (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	50	0.42	0.87	3.15	22.20	варка	
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	8.60	6.00	38.64	243.75	варка	
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0.13	0.05	19.55	97.05	варка	
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	45	3.58	0.45	21.74	105.75	нет	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.43	0.32	8.42	42.90	нет	
	Итого:		37,71	24,40	112,83	845,08		
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	
35/2001	Свекольник (картофель свежий, лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар, свекла, сметана, соль, томатная паста)	250	1.93	6.34	10.05	104.00	варка	
241/2007	Говядина отварная (говядина с/м, лук репчатый, морковь, соль)	10	2.00	0.98		16.80	варка	
297/2007	Фрикадельки из птицы (соль, филе окорока куриное с/м б/ж, хлеб пшеничный)	100	20.94	8.17	8.22	195.99	варка	
455/2003	Соус красный основной (лавровый лист, лук репчатый, масло сливочное, морковь, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, томатная паста)	75	0.63	1.31	4.91	34.01	варка	
302/2007	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	10.32	7.31	48.37	292.50	варка	
350/2015	Кисель из вишни свежемороженой (вишня с/м, кислота лимонная, крахмал картофельный, сахар)	200	0.13	0.05	19.55	97.05	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	
	Итого:		44,86	28,71	141,38	1 027,55		
Полдник для 1-4 классов (52.47)								
ТТК	Ватрушка со смородиной (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, смородина с/м, соль, яичный порошок)	100	6.07	3.36	51.65	263.23	выпекание	
386/2007	Коктейль молочный	200	6.2	5.0	21.6	156	нет	
	Итого:		11,87	8,36	59,65	381,23		
Полдник для 5-11 классов (52.47)								
ТТК	Ватрушка со смородиной (дрожжи сухие, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, смородина с/м, соль, яичный порошок)	2/75	9.10	5.10	77.37	394.95	выпекание	
386/2007	Коктейль молочный	200	6.2	5.0	21.6	156	нет	
	Итого:		14,90	11,50	85,37	512,85		

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заболюющий производством:

В.В. Сороковикова

(подпись)

(подпись)

Утверждено
Начальник отдела
общественного питания

Н.А. Ушакова

Меню (О,АЦ)

17.11.2023

2023 г.

с/п/у/т/у/м/и/д/о/з/д/е/л/е/н/и/е

Согласовано

Директор МБОУ

А.В. Довгалецкий

03.11.2023 г.

№ блюда по Сборнику рецептур	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	СМО и БАД на основе углеводов				Основно и тепловой
			Белки	Жиры	Углевод	Энерг. ценность, ккал	
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
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 пшеничный, яичный порошок)	20	0.18	4.02	0.50	2.98	нет
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	160	2.09	15.13	10.25	217.30	запекание
386/2007	Йогурт фруктовый	150	3.07	4.80	20.44	137.25	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай восточный черный)	200	8.54	5.00	33.80	208.00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	200/15	0.07	0.00	15.00	60.00	варка
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2.37	0.33	14.46	70.50	нет
	Итого:	20	1.43	0.32	8.42	42.00	нет
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
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 пшеничный, яичный порошок)	30	0.24	0.03	0.75	4.20	нет
312/2007	Пюре картофельное (картофель свежий, масло сливочное, молоко, соль)	110	2.06	17.00	11.38	233.14	запекание
386/2007	Йогурт фруктовый	180	3.68	5.76	24.53	164.70	варка
376/2015	Чай с сахаром (сахар, чай восточный черный)	200	8.54	5.00	33.80	208.00	нет
ГОСТ 31805-2018	Хлеб пшеничный	200/15	0.07	0.00	15.00	60.00	варка
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2.60	0.46	19.32	94.00	нет
	Итого:	20	1.43	0.32	8.42	42.00	нет
Обед для 1-4 классов (240.42)							
52/2007	Салат из свеклы отварной (масло растительное, свекла, соль)	60	0.84	3.81	4.86	55.68	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2.02	5.09	11.68	107.25	варка
288/2017	Сметана к первому блюду	10	0.25	1.00	0.45	11.60	кисление
268/2015	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1.87	1.81		22.05	варка
306/2007	Биточки мясные с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	95	14.81	16.68	12.83	265.20	запекание
156/2021	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2.43	2.87	24.45	133.80	варка
387/2003	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	50	1.50	1.30	5.00	37.50	варка
ГОСТ 31805-2018	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0.40	0.20	16.10	73.05	варка
	Хлеб пшеничный	45	3.56	0.45	21.74	105.75	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.43	0.32	8.42	42.00	нет
	Итого:		29.11	33.33	107.93	664.63	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
52/2007	Салат из свеклы отварной (масло растительное, свекла, соль)	100	1.41	6.01	8.28	92.80	варка
96/2007	Рассольник Ленинградский (картофель свежий, крупа перловая, лавровый лист, лук репчатый, масло растительное, морковь, огурцы консервированные, соль)	250	2.02	5.09	11.68	107.25	варка
288/2017	Сметана к первому блюду	10	0.25	1.00	0.45	11.60	кисление
268/2015	Птица отварная (лук репчатый, соль, филе грудки куриное с/м)	10	1.87	1.81		22.05	варка
306/2007	Биточки мясные с маслом (говядина с/м, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, соль, хлеб пшеничный)	110	16.50	22.20	14.32	328.00	запекание
156/2021	Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	100	2.43	2.87	24.45	133.80	варка
387/2003	Овощи отварные (масло сливочное, смесь овощная с/м, соль)	80	2.40	2.08	8.00	60.00	варка
ГОСТ 31805-2018	Компот из клубники свежемороженой (кислота лимонная, клубника с/м, сахар)	200	0.40	0.20	16.10	73.05	варка
	Хлеб пшеничный	2/30	4.74	0.67	28.96	141.00	нет
	Хлеб ржано-пшеничный	2/20	2.86	0.63	16.83	85.00	нет
	Итого:		34.88	42.36	131.37	1063.10	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
406/2007	Пирожки печеные с капустой и луком (пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	100	4.91	6.48	33.01	210.07	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1.00		22.40	90.00	нет
	Итого:		5.91	6.48	55.41	300.07	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
406/406/2015	Пирожки печеные с капустой и луком (пирожки сухие, капуста свежая, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный порошок)	2/75	7.50	5.40	41.55	244.83	выпекание
389/2015	Сок в ассортименте	200	1.00		22.40	90.00	нет
	Итого:		8.50	5.40	63.95	334.83	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Бухгалтер:

Заведующий производством:

В.В. Сорокинова

Ушакова

Сорокинова

свобод сессия

Утверждено:
Начальник отдела
общественного питания

Н.А Ушакова

Меню (О)

18.11.2023

Согласовано:

Директор МБОУ(А)У

И.И. Довыденко С.

документ № 11

2023 г.

№ блюда по сборнику рецептов	Наименование и краткая характеристика блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг. ценност ь, ккал	Основно й тепловой
Завтрак для 1-4 классов (160.26)							
376/1996	Поджарка из птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/м)	100	25,38	12,06	6,47	236,72	жаренье
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	5,51	4,51	26,44	168,45	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	нет
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	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:		35,72	17,44	78,12	523,57	
Завтрак для 5-11 классов (236.06)							
376/1996	Поджарка из птицы (лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, филе грудки куриное с/м)	125	33,46	12,71	6,61	275,42	жаренье
309/2015	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	180	6,61	5,41	31,73	202,14	варка
377/2007	Чай с лимоном (лимона, сахар, чай весовой черный)	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	варка
338/2015	Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00	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:		46,13	19,06	89,38	719,46	
Обед для 1-4 классов (240.42)							
75/2007	Икра морковная (лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста)	60	1,21	0,06	12,33	54,72	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
232/2009	Печень по-строгановски с соусом (масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль, томатная паста)	135	20,67	19,17	11,91	255,00	тушение
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	20	1,43	0,32	8,42	42,90	нет
	Итого:		38,04	32,27	106,76	839,00	
Обед для 5-11 классов (259.17)							
75/2007	Икра морковная (лук репчатый, масло растительное, морковь, сахар, соль, томатная паста)	100	2,01	0,10	20,55	91,20	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
232/2009	Печень по-строгановски с соусом (масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, печень говяжья с/м, соль, томатная паста)	180	27,82	25,56	15,88	340,00	тушение
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:		49,73	42,90	140,40	1 122,35	
Полдник для 1-4 классов (52.47)							
479 спр	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курага, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный)	100	8,42	12,50	62,76	394,00	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		14,22	17,50	72,36	501,00	
Полдник для 5-11 классов (52.47)							
479 спр	Булочка Абрикосинка (дрожжи сухие, курага, масло растительное, молоко, мука пшеничная высшего сорта, сахар, соль, яичный)	2/75	10,62	17,16	93,88	573,58	выпекание
385/2007	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	кипячение
	Итого:		16,42	22,16	103,48	680,58	

Приятного аппетита!

Инженер-технолог:

Ведущий специалист отдела бухгалтерии:

Заведующий производством:

Александр

Сот. В.В. Сорокикова
Иванова С.А.