

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.11.23

Согласовано  
Директор школы № 132



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	65	198,0	7,8	13,0	12,2	1,0
Каша молочная " Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Кисломолочный продукт " Б и о л а к т " 0,100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,6
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	22	61,6	1,8	0,4	12,6	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>730,6</b>	<b>21,4</b>	<b>27,0</b>	<b>99,1</b>	<b>8,2</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Соте из индейки с овощами	200	220,0	14,3	10,9	16,0	1,3
Огурцы консервированные ( доп.гарнир)	30	5,0	0,2	0,0	0,9	0,1
М а н д а р и н	1шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,8
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микроэлементами	26	55,1	1,9	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>570,9</b>	<b>28,5</b>	<b>18,8</b>	<b>78,5</b>	<b>6,5</b>
<b>Полдник(льготный+платный)</b>						
Пирожок печеный сдобный с мясом, луком	80	208,0	10,3	9,9	19,4	1,6
Напиток из облепихи	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>268,0</b>	<b>10,3</b>	<b>9,9</b>	<b>34,4</b>	<b>2,8</b>

Инженер-техник  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

Директор по производству  
Корнева

\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.11.23

Согласовано

Директор школы № 132



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	65	198,0	7,8	13,0	12,2	1,0
Каша молочная " Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Кисломолочный продукт " Би о л а к т " 0,100	1штг	75,0	2,8	3,2	8,0	0,6
Я б л о к о	1штг	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	22	61,6	1,8	0,4	12,6	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>730,6</b>	<b>21,4</b>	<b>27,0</b>	<b>99,1</b>	<b>8,2</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Соте из индейки с овощами	200	220,0	14,3	10,9	16,0	1,3
Огурцы консервированные ( доп. гарнир)	30	5,0	0,2	0,0	0,9	0,1
М а н д а р и н	1штг	42,0	1,0	0,2	9,0	0,8
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микроэлементами	26	55,1	1,9	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>570,9</b>	<b>28,5</b>	<b>18,8</b>	<b>78,5</b>	<b>6,5</b>
<b>Полдник</b>						
Пирожок печеный сдобный с мясом, луком	80	208,0	10,3	9,9	19,4	1,6
Напиток из облепихи	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>268,0</b>	<b>10,3</b>	<b>9,9</b>	<b>34,4</b>	<b>2,8</b>

Инженер-техн.

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

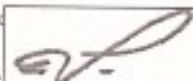
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.11.23

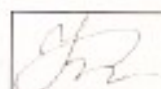
Согласовано  
Директор школы № 132



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Масло сливочное порционно 1/15	1шт	99,0	0,2	10,9	0,2	0,02
Тефтели мясные в соусе	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,3
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Батон витаминный с микроэлементами	45	126,0	3,6	0,9	25,7	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>819,0</b>	<b>24,3</b>	<b>37,3</b>	<b>96,6</b>	<b>8,0</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Соте из индейки с овощами	200	220,0	14,3	10,9	16,0	1,3
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	32	89,6	2,6	0,6	18,3	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>596,6</b>	<b>28,2</b>	<b>16,5</b>	<b>84,3</b>	<b>7,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Пирожок печеный сдобный с мясом, рисом	75	208,0	9,1	10,0	20,3	1,6
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Чай с лимоном	200/13	44,0	0,3	0,1	10,4	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>310,0</b>	<b>9,9</b>	<b>10,6</b>	<b>43,4</b>	<b>3,6</b>

Инженер-техник  
Столярова Е.А. 

Калькулятор  
Мальшева Г.А. 

Директор по производству  
Корнева 

\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

Меню буфетной продукции на 23 НОЯБРЯ 23 г

Согласовано  
Директор школы № 132



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное порционно 1/15	11,39	1 шт	99,0	0,2	10,9	0,2	0,02
Бутерброд горячий с помидорами и сыром	27,43	65	198,0	7,8	13	12,2	1,0
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	21,01	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Тефтели в томатном соусе	45,93	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,3
Соте из индейки с овощами	57,14	200	220,0	14,3	10,9	16,0	1,3
Каша молочная " Дружба " с маслом	18,07	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	12,07	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы консервированные ( доп.гарнир)	5,99	30	5,0	0,2	0	0,9	0,1
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,45	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Кофейный напиток витаминизированный	8,26	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Компот из ягод	7,92	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

Директор по  
производству

\* ->R[-34]C.RC[12] Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

## Технологическая карта №

Наименование блюда: Каша молочная «Дружба» жидкая с маслом

ТТК № 147

Наименование продуктов	Расход сырья на 1 порцию		Расход сырья на 100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	12,5	12,5	1,25	1,25
Крупа пшено	12,5	12,5	1,25	1,25
Молоко	135	135	13,5	13,5
Вода	91	91	9,1	9,1
Сахарный песок	6	6	0,6	0,6
Соль йодированная	0,6	0,6	0,06	0,06
Масса каши	-	200	-	20,0
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Выход	-	200/8	-	20,0/0,8

\* закладка сахара по акту контрольной отработки

Химический состав на 1 порцию:

Витамины и микроэлементы:

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг				Витамины, мг		
Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
6,2	9,7	29,8	232	167	36	170	0,63	0,57	1,76	0,05

## Описание технологического процесса:

Перед варкой крупу просеивают, перебирают и промывают, при этом удаляют мучель и посторонние примеси. Промывают крупу сначала теплой, а затем горячей водой. Подготовленные для варки пшено и рис закладывают в кипящую воду, варят 10-15 минут, затем вводят горячее молоко, добавляют соль, сахар, и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом. При подаче горячую кашу поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом.

Оптимальная температура подачи 65<sup>0</sup>С.