



Директор МБОУ СОШ №10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
"Общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 246

### бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"9" сентября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
		ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>				
55-07	Салат из свеклы с огурцами конс.зеленью (свекла,ог.конс,масло)	33	100/1	10,93
290-17	Филе птицы тушеное в соусе красном основном (филе цып.бр.лук,мор,мука,томат,масло)	288	120	28,42
305-17	Рис припущенный (крупа рис,мас.сл.)	150	200	8,08
376-17	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	60	200	1,66
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	92	35	1,41
338-17	Груши свежие	60	102,9	17,50
		683		
<b>Итого сумма :</b>				<b>68,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>				
27-17	Салат из св.помид.со сл.перцем с зеленью (помид.св.сл.перец,масло раст.)	73	100/1	18,08
82-17	Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.)	121	250/1	8,36
277-17	Рулет из говядины с луком и яйцом,маслом (говядина,лук,яйца,мас.р.)	312	110/10	40,26
310-17	Картофель отварной (картофель,масло сл.)	154	200	12,03
389-17	Напиток из клюквы (клюква ,сахар)*	102,0	200	8,52
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	105,0	40	1,61
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	84,0	31	1,14
		951,0		
<b>Итого сумма обеда:</b>				<b>90,00</b>
<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>				<b>158,00</b>

Примечание:

- \* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 60 мл на порцию
- \*\* Батон нарезной: белки-2,3;жиры-0,3;угл.-16;Са-0,5;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79
- \*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9;жиры-0,5;угл.-13;Са-0,5;Мд-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.



Директор МБОУ СОШ №10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 246

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"9" сентября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>				
55-07	Салат из свеклы с огурцами конс.зеленью (свекла,ог.конс,масло)	20	62	6,74
290-17	Филе птицы тушеное в соусе красном основном (филе цып.бр.лук,мор,мука,томат,масло)	177	100	23,72
305-17	Рис припущенный (крупа рис,мас.сл.)	130	150	6,10
376-17	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	60	200	1,66
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	92	35	1,41
338-17	Груши свежие	60	108	18,37
		539		
	<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>58,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>				
27-17	Салат из св.помид.со сл.перцем с зеленью (помид.св.сл.перец,масло раст.)	50	80/1	11,76
82-17	Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.)	99	200/2	6,72
277-17	Рулет из говядины с маслом (говядина,батон,мол.,мас.р.)	274	90/5	41,33
310-17	Картофель отварной	113	150	9,06
389-17	Напиток клюквенный (клюква,сахар)*	102,0	200	8,50
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	92,0	35	1,41
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	92,0	33	1,22
		822,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>80,00</b>
	<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>138,00</b>

Примечание:

- \* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 60 мл на порцию
- \*\* Батон нарезной: белки-2,3;жиры-0,3;угл.-16;Са-0,5;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79
- \*\*\*Хлеб " Никитский": белки-1,9;жиры-0,5;угл.-13;Са-0,5;Мд-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.