

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 286

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"15" ноября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>				
75-17	Икра свекольная с орехами с зел. (свекла, лук реп. орех. грец. масло р. томат)	51	80;5;1	11,51
278-17	Тефтели из говядины с соусом красным (говядина, батон, лук реп, мас.р.)	160	120	32,01
309-17	Макароны отварные (макарон. изделия, масло)	180	180	5,97
383-17	Какао с молоком (какао порошок, молоко, сахар)	113	200	7,50
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	92	35	1,41
338-17	Груши свежие	64	115,3	19,60
		660		
	<b>Итого сумма :</b>			<b>78,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>				
56-17	Салат овощной с яблоками , с зел. (капуст. морк. свекла, яблоко. масло)	41	60/1	7,39
99-17	Суп картофельный с зеленью (картоф. морковь, лук, масло)	101	200/2	7,63
256-17	Говядина тушеная (говядина, лук реп. томат)	258	120	51,34
467-96	Рис припущенный (рис, масло)	144	180	7,28
348-17	Компот из сухофруктов (смесь суш. сухофрукт. сахар)	115	200	3,28
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	22	40	1,61
ТУ-2002	Хлеб "Никитский" с витамин. минер. смесью*** (мука, дрожжи, масло, сахар)	95,0	35	1,30
338-17	Яблоки свежие	47,0	201,7	20,17
		823,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>100,00</b>
	<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>178,00</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; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9; жиры-0,5; угл.--13; Са-0,5; Md-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

\*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Md-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 № 286

### бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"15" ноября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>				
75,-17	Икра свекольная с зел. (свекла,лук реп.масло р.томат)	70	100/1	8,06
278-17	Тефтели из говядины с соусом красным осн. (говядина,батон,лук реп,мас.р.)	175	140	32,38
309-17	Макаронны отварные (макарон.изделия,масло)	160	200	6,62
383-17	Какао с молоком (какао порошок,молоко,сахар)	113	200	7,50
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	92	35	1,41
338-17	Яблоки свежие	69	120,3	12,03
		679		
	<b>Итого сумма :</b>			<b>68,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>				
56-17	Салат овощной с яблоками ,с зел. (капуст.морк.свекла,яблоко.масло)	71	100	11,79
97-17	Суп картофельный с зеленью (картоф.морковь,лук,масло)	128	250/1	9,07
256-17	Говядина тушеная (говядина,лук реп.томат)	268	130	55,61
467-96	Рис припущенный (рис,масло)	173	180	7,28
348-17	Компот из сухофруктов (смесь суш.сухофрукт.сахар)	106	200	3,30
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	118	45	1,81
ТУ-2002	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	90	30,5	1,14
		954		
	<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: 70 мл на порцию

\*\* Батон нарезной: белки-2,3;; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9; жиры-0,5;; угл.-13; Са-0,5; Md-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.