

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 289

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"18" ноября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>				
55-12	Икра овощная с зеленью (свекла, мор. лук, томат, масло р.)	61	60/1	5,74
278-17	Гуляш из говядины (говядина, лук р., томат, мука, масло)	221	120	49,07
309-17	Макаронные изделия отварные (макар. изделия, масло сл.)	161	160	5,32
378-17	Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	56	200	3,60
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	19	35	1,41
338-17	Яблоки свежие	69	128,6	12,86
		587		
	<b>Итого сумма :</b>			<b>78,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>				
24-17	Салат из свежей капусты с лук. з. зелень (капуста св. лук. з. масло)	42	60/1	5,50
102-17	Суп картофельный с горохом, с зел. (картоф. морковь, лук реп. горох, масло)	165	200/2	6,57
325-96	Котлеты по волжски из горбуши с маслом (горбуша, батон, лук реп. морковь, масло)	209	100/5	52,58
310-17	Картофель отварной (картофель, масло)	181	170	12,53
338-17	Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар)	73	200	5,42
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	24	45	1,81
ТУ-2002	Хлеб "Никитский" с витамин. минер. смесью *** (мука, дрожжи, масло, сахар)	81,0	30	1,12
338-17	Яблоки свежие	47,0	144,7	14,47
		822,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>100,00</b>
	<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>178,00</b>

Примечание:

\*Витаминация 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-0,4; P-19,5; ккал-79

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

Зав. производством

Нарыжная С.В.



Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 289

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"18" ноября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
		ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>				
74-17	Икра овощная с зеленью (свекла, мор. лук, томат, масло р.)	78	120/1	10,60
278-17	Гуляш из говядины (говядина, лук р., томат, мука, масло)	293	110	44,91
303-17	Макароны отварные (макар. изделия, масло сл.)	231	210	7,11
378-17	Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	56	200	3,60
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	22	44	1,78
		680		
	<b>Итого сумма :</b>			<b>68,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>				
24-17	Салат из свежей капусты с зеленью (капуста св. мор. масло)	65	100/1	5,78
96-17	Суп картофельный с горохом, с зел. (картоф. морковь, лук реп. горох, масло)	145	250/2	8,09
325-96	Котлеты по волжски из горбуши с маслом (горбуша, батон, лук реп. морковь, масло)	259	100/5	52,58
310-17	Картофель отварной (картофель, масло)	166	200	14,96
338-17	Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар)	102	200	5,44
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	118,0	45	1,81
ТУ-2002	Хлеб "Никитский" с витамин. минер. смесью*** (мука, дрожжи, масло, сахар)	103	36	1,34
		958,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>90,00</b>
	<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>158,00</b>

Примечание:

\*Витаминация 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.