

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1145

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"07" декабря 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
		ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.				
49-17	Салат витаминный с зел. (капус.мор.пер.гор.зел.масл.)	65	60/1	11,51
255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья, сметана, лук реп.масло)	204	120	35,04
309-17	Макаронны отварные (макаронные изделия,масло)	145	180	5,97
376-17	Чай с сахаром (Чай,сахар)	40	200	0,80
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	92	35	1,41
ГОСТ	Апельсины свежие	65	211,5	23,27
		611		
	Итого сумма :			78,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.				
60-17	Салат из моркови с яблоками и брусникой (морковь,брусн.сах.)	41	60/1	7,15
102-17	Суп картофельный с фасолью.зел. (картоф.фасоль,морковь,лук реп,масло)	110	200/2	8,27
250-17	Гуляш из говядины (говядина,лук.реп.томат,мука,масло)	187	120	49,07
302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло)	189	150	7,27
388-17	Компот из кураги (курага,сахар)	118,0	200	5,68
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	66	35	1,41
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	81,0	30	1,12
338-17	Яблоки свежие	79,0	200,3	20,03
		792,0		
	Итого сумма обеда:			100,00
	Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			178,00

Примечание:

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 60 мл на порцию

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

***Хлеб" Никитский": белки-1,9;жиры-0,5;угл.-13;Ca-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 "ИТЭЛ" №10

МЕНЮ № 1145

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"07" декабря 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
Завтрак 5-11 кл.				
49-17	Салат витаминный с зел. (капуч. мор. пер. гор. зел. масл.)	35	100/1	18,95
255-17	Печень по-строгановски (печень) говяжья, сметана, лук реп. масло)	289	110	29,15
309-17	Макаронные отварные (макаронные изделия, масло)	160	180	5,97
376-17	Чай с сахаром (чай, сахар)	40	200	0,80
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	92	35	1,41
ГОСТ	Яблоки свежие	60	117,2	11,72
		676		
	Итого сумма :			68,00
Обед ОВЗ 1-11 кл.				
60-17	Салат из моркови с яблоками и брусникой (морковь, брусн. сах.)	52	100	11,92
102-17	Суп картофельный с фасолью.зел. (картоф. фасоль, морковь, лук реп. масло)	101	250/2	10,23
260-17	Гуляш из говядины (говядина, лук реп. томат, мука, масло)	253	120	49,07
302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	195	210	10,14
388-17	Компот из кураги (курага, сахар)	138,0	200	5,70
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	118	45	1,81
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витам. минер. смесью*** (мука, дрожжи, масло, сахар)	95,0	30,3	1,13
		952,0		
	Итого сумма обеда:			90,00
	Итого сумма ОВЗ 1-11 кл:			158,00

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.