

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
"КОМБИНАТ"
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1168

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"19" января 2022 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
		ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.				
49-17	Салат витаминный с кунжутом (капус.мор.пер.гор.кунж.масл.)	58	60/2	7,13
229-17	Минтай тушеный в томате с овощами (минтай,лук,морковь,томат,масло)	203	100	16,40
312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	156	150	15,95
338-17	Яблоки свежие	47	91,8	10,10
ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	1,70
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	75	35	1,72
		589		
	Итого сумма :			53,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.				
94-16	Салат "Мозаика" (картоф.морк.зел.гор.яйцо,масло)	55	60	6,95
94-17	Рассольник с зеленью (ог.конс,картоф.морковь,лук,реп.,масло)	114	200/1	11,24
290-17	Филе цып.тушеное в соусе кр.основ. (филе цып.бр.томат,мор.лук,масло р)	159	90	25,68
303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная.масло сл)	201	150	4,32
647-96	Напиток брусничный (брусника замор.сахар)*	102	200	11,16
338-17	Яблоки свежие	47	114,5	12,60
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	75	35	1,72
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	68	30	1,33
		821		
	Итого сумма обеда:			75,00
	Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			128,00

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-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.

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1168

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"19" января 2022 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
Завтрак 5-11 кл.				
49-17	Салат витаминный с кунжутом (капус.мор.пер.гор.кунж.масл.)	96	100/1	19,00
229-17	Горбуша тушеная в томате с овощами (горбуша,лук,морковь,томат,масло)	275	100	30,34
312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	198	180	19,09
ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	1,70
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	60	38	1,87
		679		
	Итого сумма :			72,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.				
94-16	Салат "Мозаика" (картоф.морк.зел.гор.яйцо,масло)	63	100	11,59
94-17	Рассольник с зеленью (ог.конс,картоф.морковь,лук,реп.,масло)	134	250/2	14,27
290-17	Филе цып.тушеное в соусе кр.основ. (филе цып.бр.томат,мор.лук,масло р)	260	120	34,23
303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная.масло сл)	212	180	5,14
647-96	Напиток брусничный (брусника замор.сахар)*	102	200	11,18
338-17	Мандарины свежие	47	97,2	16,54
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	75	35	1,72
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	68	30	1,33
		961		
	Итого сумма обеда:			96,00
	Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			168,00

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.