



Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2059

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"28" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	157	20\5\30	13,97
2	93-04	Каша молочная "Дружба" с маслом (молоко.кр.пшеница.рис.сах.масло)	202	190/10	12,77
3	387-17	Яблоки свежие	63	180,8	19,89
4	379-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	100	200	4,90
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	65	30	1,47
			587		
		<b>Итого сумма :</b>			<b>53,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	56-17	Салат овощной с яблоками ,с зеленью (капуст.морк.свекла,яблоко.масло)	41	60	8,40
7	97-17	Суп картофельный с с зеленью (картоф.морковь.лук реп..масло)	112	200/1	11,71
8	256-17	Говядина тушеная (говядина,лук реп.томат,масло)	296	90	43,07
9	305-17	Рис припущенный (крупа рис,масло)	154	150	6,36
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	105	180	3,02
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	65	30	1,47
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	50	22	0,97
			823		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>75,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>128,00</b>

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



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2059

**бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс**

"28" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	204	30\5\30	18,97
2	93-04	Каша молочная "Дружба" с маслом (молоко,к.р.пшеница,рис,сах,масло)	193	250/10	14,94
3	387-17	Яблоки свежие	85	283,9	31,23
4	379-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	113	200	4,90
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	86	40	1,96
			681		
		<b>Итого сумма :</b>			<b>72,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	56-17	Салат овощной с яблоками ,с зел. (капуст.морк.свекла,яблоко,масло)	50	100/1	13,98
7	97-17	Суп картофельный с с зеленью (картоф.морковь.лук реп.,масло)	122	250/2	14,85
8	256-17	Говядина тушеная (говядина,лук реп.томат,масло)	328	110	52,63
9	305-17	Рис припущенный (крупа рис,масло)	182	180	7,60
10	348-17	*Компот из сухофруктов (смесь суш.сухофрукт.сахар)	105	200	3,36
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	97	45	2,21
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	69	31	1,37
			953		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>96,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>168,00</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