

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 260

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

"30" сентября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	75-17	Икра свекольная (свекл.морк.лук.том.масл)	50	100	18,00
2	ТТК-6	Медальоны "Северный колорит" (оленина,капус.лук.яйцо.батон.сыр,масло)	250	100	65,43
3	310-17	Картофель отварной (картоф,масло сл.)	220	180	30,00
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	48	200	12,00
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	45	5,00
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>130,43</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
7	74-14	Огурцы свежие (порционно)	62	100	29,00
8	82-17	Щи из капусты картофелем,с зеленью (капуста,картоф.морк.лук реп..том.п.масло)	111	250/1	31,00
9	291-17	Плов из птицы ( цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло)	481	300	92,42
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	106	200	21,00
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112,5	45	5,00
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	80	35	4,20
			953		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>182,62</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>313,05</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.

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 260

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"30" сентября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	75-17	Икра свекольная (свекл.морк.лук.том.масл)	30	60	12,20
2	ТТК-6	Медальоны "Северный колорит" (оленина,капус.лук.яйцо.батон.сыр,масло)	218	90	59,38
3	310-17	Картофель отварной (картоф,масло сл.)	204	150	25,00
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	12,00
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	87	35	3,70
			589		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>112,28</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
7	74-14	Огурцы свежие (порционно)	48	60	20,70
8	82-17	Щи из капусты картофелем,с зеленью (капуста,картоф.морк.лук реп..том.п.масло)	144	200/1	25,00
9	291-17	Плов из птицы (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло)	368	260	82,89
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	106	200	21,00
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	4,50
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	25	3,00
			823		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>157,09</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>269,37</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

Зав.производством

Нарыжная С.В.