

"Комбинат общественного
питания" "КОМБИНАТ
СТОЛОВОГО ПИТАНИЯ"
Столовая №10

"Утверждаю"
Зав. структур. подраздел. МБОУ СОШ №10
Беженарь Е.С.

МЕНЮ № 50

комплексного питания учащихся 11-16 лет

"13" Июня 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак					
1	54-22	Маринад овощной со свеклой, с зеленью (свекла, лук реп. том. паста, масло, зел.)	81	100/1	32,00
2	460-96	Котлеты рубленые из филе птицы (филе цып бр. хл. пшен., масло)	210	100	85,00
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	92	180	28,00
	540-96	Соус томатный (лук реп. морк. том. пас. мука, масло)	55	50	3,00
4	377-17	Чай с лимоном (чай заварка, сахар, лимон)	60	200/7	12,00
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука пшен., дрожжи, масло, сахар)	113	45	9,00
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	69	30	6,00
			680		
Итого сумма завтрака:					175,00
Обед					
6	20-17	Салат из свежих огурцов с зеленью (огур. св. масло, зел.)	82	100/1	39,00
7	148-04	Суп-лапша с картофелем, с зеленью (картоф. лук. морк. яйц. мука, масло)	249	250/2	40,00
8	276-16	Вок "Говядина с овощами" (картоф. говядина. лук реп. морковь. перец, чеснок, масло)	229	280/5	147,00
9	338-17	Фрукты свежие (киви)	60	100	25,00
10	349-17	*Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	126	200	22,00
11	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука пшен., дрожжи, масло, сахар)	125	50	10,00
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	81	35	7,00
			952		
Итого сумма обеда:					290,00
Итого сумма					465,00

Примечание:

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

** Хлеб пшеничный: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

***Хлеб "Дарницкий": 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.