

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 243

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"07" сентября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	74-17	Икра овощная (свекла, мор. лук, томат, масло р.)	39	60	13,50
2	284-01	Котлеты "Сурские" (рыба, лук реп. капуста, яйцо, сухари, масло)	294	90	42,08
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	145	150	28,00
4	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
5	377-17	Чай с лимоном (чай заварка, сахар, лимон)	62	200/7	12,00
6	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	35	3,70
			662		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>112,28</b>
<b>Обед ОБЗ 1-4 кл.</b>					
6	71-17	Огурцы свежие (порционно)	67	60	20,70
7	102-17	Рассольник ленинградский с зеленью (картофель, морковь, лук реп. огур. конс. крупа перл. масло)	99	200/1	17,00
8	274-17	Котлеты рубленые из филе птицы запеч. с соус. молочным (филе птиц, батон, масло, мука, молоко,)	233	90	63,89
9	306-17	Пюре гороховое (горох, масло)	105	150	17,00
10	338-17	Яблоки свежие	71	100	13,00
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св сахар.)	105	200	18,00
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	40	4,50
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	68	25	3,00
			823,0		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>157,09</b>
		<b>Итого сумма ОБЗ 1-4 кл:</b>			<b>269,37</b>

\*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

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 243

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

"07" сентября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	74-17	Икра овощная (свекла, мор. лук, томат, масло р.)	70	100	17,00
2	284-01	Котлеты "Сурские (рыба, лук реп. капуста, яйцо, сухари, масло)	260	100	51,43
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	165	180	32,00
4	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
5	377-17	Чай с лимоном (чай заварка, сахар, лимон)	62	200/7	12,00
6	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	45	5,00
			679		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>130,43</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	71-17	Огурцы свежие (порционно)	88	100	29,00
7	102-17	Рассольник ленинградский с зеленью (картофель, морковь, лук реп. огур. конс. крупа перл. масло)	125	250/1	22,00
8	274-17	Котлеты рубленые из филе птицы запеч. с соус. молочным (филе птиц, батон, масло, мука, молоко,)	254	100	73,42
9	306-17	Пюре гороховое (горох, масло)	165	180	18,00
10	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св сахар.)	105	200	18,00
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	86	45	5,00
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	80	35	4,20
			950,0		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>182,62</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>313,05</b>

\*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