

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 262

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"04" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	71-17	Помидоры свежие (порционно)	30	60	24,50
2	255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья, сметана, лук реп.масло)	180	90	58,08
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	179	150	18,00
4	376-17	Чай с сахаром (чай заварка,сахар)	29	200	8,00
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	75	30	3,70
			493		
		<b>Итого сумма завтрака :</b>			<b>112,28</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	29-17	Салат из белокач.капусты с зел. (кап.св.морк.м.р.)	41	60/1	13,50
7	94-17	Суп картофельный с рыбой.зел. (картоф,морковь,лук реп,масло)	81	200/20/1	36,01
8	260/17	Тефтели из говядины (говяд.батон.лук.реп.том.паста.мука.масло)	246	90	56,08
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло)	189	150	23,00
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	105	200	21,00
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	74	40	4,50
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	70	25	3,00
			806		
		<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



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 262

### бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"04" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен. ккал.	Выход	Цена руб
				гр	
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	71-17	Помидоры свежие (порционно)	35	100	31,00
2	255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья, сметана, лук реп.масло)	335	100	65,43
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	160	180	21,00
4	376-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	29	200	8,00
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	45	5,00
			634		
<b>Итого сумма завтрака :</b>					<b>130,43</b>
<b>Обед ОБЗ 5-11 кл.</b>					
6	29-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (кап. св. морк. м.р.)	52	100/1	21,00
7	94-17	Суп картофельный с рыбой. зеленью (картоф, морковь, лук реп, масло)	125	230/20/1	29,99
8	260/17	Тефтели из говядины (говяд, батон, лук реп, том. паста, мука, масло)	285	110	76,43
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	205	180	25,00
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)	97	45	5,00
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	80	35	4,20
			950		
<b>Итого сумма обеда:</b>					<b>182,62</b>
<b>Итого сумма ОБЗ 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