

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 263

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"05" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
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		
		Итого сумма завтрака:			112,28
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
7	71-17	Огурцы свежие (порционно)	67	60	20,70
8	102-17	Рассольник ленинградский с зеленью (картофель, морковь, лук реп. огур. конс. крупа перл. масло)	99	200/1	17,00
9	274-17	Котлеты рубленые из филе птицы запеч. с соус. молочным (филе птиц, батон. масло, мука, молоко.)	233	90	63,89
10	306-17	Пюре гороховое (горох. масло)	105	150	17,00
11	338-17	Яблоки свежие	71	100	13,00
12	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св. сахар.)	105	200	18,00
13	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	40	4,50
14	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	68	25	3,00
			823,0		
		Итого сумма обеда:			157,09
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			269,37

*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
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 263

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"05" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
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		
Итого сумма завтрака:					130,43
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
7	71-17	Огурцы свежие (порционно)	88	100	29,00
8	102-17	Рассольник ленинградский с зеленью (картофель, морковь, лук реп. огур. конс. крупа перл. масло)	125	250/1	22,00
9	274-17	Котлеты рубленые из филе птицы запеч. с соус. молочным (филе птиц, батон, масло, мука, молоко,)	254	100	73,42
10	306-17	Пюре гороховое (горох, масло)	165	180	18,00
11	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
12	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св. сахар)	105	200	18,00
13	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	86	45	5,00
14	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	80	35	4,20
			950,0		
Итого сумма обеда:					182,62
Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:					313,05

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 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