

Директор МБОУ СОШ № 10

Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 272

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"18" октября 2022 г.

| № п/п | № сборника рецептур | Наименование блюд | э.н.цен. ккал. | Выход | Цена |
|-------------------------|---------------------|---|-------------------|----------|---------------|
| | | | | гр | руб |
| Завтрак 1-4 кл. | | | | | |
| 1 | 71-17 | Помидоры свежие (порционно) | 30 | 60 | 24,50 |
| 2 | 255-17 | Печень по-строгановски (печень говяжья, том.п, 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 | 35 | 3,70 |
| | | | 493 | | |
| | | Итого сумма завтрака : | | | 112,28 |
| Обед ОВЗ 1-4 кл. | | | | | |
| 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 | | |
| | | Итого сумма обеда: | | | 157,09 |
| | | Итого сумма ОВЗ 1-4 кл: | | | 269,37 |

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

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
"Общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 272

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"18" октября 2022 г.

| № п/п | № сборника рецептур | Наименование блюд | эн.цен. ккал. | Выход | Цена |
|--------------------------|---------------------|--|------------------|----------|---------------|
| | | | | гр | руб |
| Завтрак 5-11 кл. | | | | | |
| 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 | | |
| | | Итого сумма завтрака : | | | 130,43 |
| Обед ОВЗ 5-11 кл. | | | | | |
| 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 | | |
| | | Итого сумма обеда: | | | 182,62 |
| | | Итого сумма ОВЗ 5-11 кл: | | | 313,05 |

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