



Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ
столовая № 10

МЕНЮ № 274

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"20" октября 2022 г.

| № п/п | № сборника рецептур | Наименование блюд | н.цен | Выход | Цена |
|-------------------------|---------------------|--|-------|-------|---------------|
| | | | ккал. | гр | руб |
| Завтрак 1-4 кл. | | | | | |
| 1 | 71-17 | Огурцы свежие (порционно) | 62 | 60 | 20,70 |
| 2 | 291-17 | Плов из птицы (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло) | 401 | 240 | 75,88 |
| 3 | ТТК-39 | Чай из шиповника (чай заварка,сахар,шиповник) | 50 | 200 | 12,00 |
| 4 | ГОСТ | **Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 75 | 35 | 3,70 |
| | | | 588 | | |
| | | Итого сумма завтрака: | | | 112,28 |
| Обед ОВЗ 1-4 кл. | | | | | |
| 5 | 24-17 | Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью (помид.св.ог.св.лук реп.масло.зел.) | 50 | 60/1 | 21,00 |
| 6 | 82-17 | Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.) | 99 | 200/1 | 23,00 |
| 7 | 324-96 | Котлеты рубленые из минтая (минтай.батон.мол.масло) | 169 | 90 | 47,59 |
| 8 | 310-17 | Картофель отварной (картоф.масло) | 283 | 150 | 25,00 |
| 9 | 338-17 | Яблоки свежие | 145 | 100 | 13,00 |
| 10 | 473-16 | *Напиток витаминный (шиповник,изюм,сахар) | 102 | 200 | 20,00 |
| 11 | ГОСТ | **Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 75 | 40 | 4,50 |
| 12 | ТУ-04 | ***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар) | 68 | 25 | 3,00 |
| | | | 991 | | |
| | | 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; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

***Хлеб "Никитский": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-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 № 274

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"20" октября 2022 г.

| № п/п | № сборника рецептур | Наименование блюд | эн.цен. ккал. | Выход | Цена |
|--------------------------|---------------------|--|------------------|-------|---------------|
| | | | | гр | руб |
| Завтрак 5-11 кл. | | | | | |
| 1 | 71-17 | Огурцы свежие (порционно) | 58 | 100 | 29,00 |
| 2 | 291-17 | Плов из птицы (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло) | 425 | 280 | 84,43 |
| 3 | ТТК-39 | Чай из шиповника (чай заварка,сахар,шиповник) | 50 | 200 | 12,00 |
| 4 | ГОСТ | **Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 86 | 45 | 5,00 |
| | | | 619 | | |
| | | Итого сумма завтрака: | | | 130,43 |
| Обед ОВЗ 5-11 кл. | | | | | |
| 5 | 24-17 | Салат из свежих помидоров с зеленью (помид.св.лук реп.масло.зел.) | 73 | 100/1 | 30,00 |
| 6 | 82-17 | Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.) | 114 | 250/1 | 26,00 |
| 7 | 324-96 | Котлеты рубленые из минтая (минтай.батон.мол.масло) | 231 | 100 | 54,42 |
| 8 | 310-17 | Картофель отварной (картоф.масло) | 172 | 180 | 30,00 |
| 9 | 338-17 | Яблоки свежие | 112 | 100 | 13,00 |
| 10 | 473-16 | *Напиток витаминный (шиповник,изюм,сахар) | 106 | 200 | 20,00 |
| 11 | ГОСТ | **Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 75 | 45 | 5,00 |
| 12 | ТУ-04 | ***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар) | 68 | 35 | 4,20 |
| | | | 951 | | |
| | | 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;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***Хлеб "Никитский": белки-1,9;жиры-0,5;угл.-13;Са-0,5;Мд-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.