



Директор МБОУ СОШ№10

Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 277

**бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс**

"25" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	49-17	Салат витаминный с зеленью (2 вариант) (капуста белок.морковь,зел.гор..лук.зел.масло,зел.)	42	60/1	28,90
2	203-12	Кулеш с мясом из говядины (крупа гречнев.лук реп.говядина.масло)	396	200	67,68
3	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	12,00
4	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	87	35	3,70
			587		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>112,28</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
5	23-17	Салат из свежих помидоров с зеленью (помид.св..лук реп.масло.зел.)	65	60/1	22,50
6	111-04	Борщ сибирский с зеленью (свекл.кап.карт.фас.мор.лук.том.п.масл.)	136	200/1	21,00
7	284-17	Запеканка картоф.с говядиной.с маслом (картоф.говяд.лук реп.масло)	380	245	87,09
8	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар)	84	200	19,00
9	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	4,50
10	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	25	3,00
			822,0		
		<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;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 № 277

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"25" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	49-17	Салат витаминный с зеленью (2 вариант) (капуста белок.морковь,зел.гор..лук.зел.масло,зел.)	56	100/1	39,00
2	203-12	Кулеш с мясом из говядины (крупя гречнев.лук реп.говядина.масло)	450	250	74,43
3	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	12,00
4	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	45	5,00
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>130,43</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
5	23-17	Салат из свежих помидоров с зеленью (помид.св..лук реп.масло.зел.)	81	100/1	33,00
6	111-04	Борщ сибирский с зеленью (свекл.кап.карт.фас.мор.лук.том.п.масл.)	182	250/1	28,00
7	284-17	Запеканка картоф.с говядиной.с маслом (картоф.говяд.лук реп.масло)	412	280/5	93,42
8	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар)	84	200	19,00
9	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	113	45	5,00
10	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	80	35	4,20
			951,5		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>182,62</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 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; Мд-5,7; Fe-0,4; P-19,5; ккал-79

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

Зав. производством

Нарыжная С.В.