

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 279

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"27" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	62-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св.сахар)	21	60	10,50
2	278-17	Тефтели из говядины (говядина,лук р.батон,томат,мука,масло)	192	90	56,08
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макар.изд,масло сл.)	155	150	18,00
4	387-17	Яблоко свежее	47	100	13,00
5	378-17	Чай с молоком (чай заварка.сахар,молоко)	86	200	11,00
	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	87	35	3,70
			588		
		Итого сумма завтрака:			112,28
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	24-17	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью (помид.св.ог.св.лук реп.масло.)	42	60/1	21,00
7	102-17	Суп картофельный с горохом, говяд.,с зеленью (картоф.морковь,лук реп.горох,масло)	119	20/200/1	28,00
8	234-17	Котлеты из щуки (щука.батон.мол.масло)	292	90	49,59
9	321-17	Сложный гарнир (капуста тушеная,карт.пюре) (картоф.молоко.масло.капуста,мор.лук.том.пас.масло)	143	150	20,00
10	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)	22	200	18,00
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	4,50
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	25	3,00
			822		
		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;Mg-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 № 279

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"27" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	62-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св.сахар)	70	100	17,00
2	278-17	Тефтели из говядины (говядина, лук р. батон, томат, мука, масло)	228	110	76,43
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макар. изд, масло сл.)	190	200	21,00
5	378-17	Чай с молоком (чай заварка, сахар, молоко)	81	200	11,00
	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	45	5,00
			681		
		Итого сумма завтрака:			130,43
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	24-17	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью (помид. св.ог. св.лук реп. масло.)	42	100/1	30,00
7	102-17	Суп картофельный с горохом, говяд., с зеленью (картоф. морковь, лук реп. горох, масло)	119	20/250/1	32,00
8	234-17	Котлеты из щуки (щука, батон, мол. масло)	292	100	56,42
9	321-17	Сложный гарнир (капуста тушеная, карт. пюре) (картоф. молоко, масло, капуста, мор. лук, том. пас. масло)	143	180	24,00
10	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св. сахар.)	22	200	18,00
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	100	45	5,00
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	57	35	4,20
			822		
		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.