



Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
"Общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 280

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"28" октября 2022 г.

| № п/п | № сборника рецептур | Наименование блюд | Эн.цен. | Выход | Цена |
|--------------------------|---------------------|--|---------|-------|---------------|
| | | | ккал. | гр | руб |
| Завтрак 5-11 кл. | | | | | |
| 1 | 75-17 | Икра свекольная (свекл.морк.лук.том.масл) | 50 | 100 | 18,00 |
| 2 | ТТК-6 | Медальоны "Северный колорит" (оленина,капус.лук.яйцо.батон.сыр,масло) | 250 | 100 | 65,43 |
| 3 | 310-17 | Картофель отварной (картоф,масло сл.) | 220 | 180 | 30,00 |
| 4 | ТТК-39 | Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник) | 48 | 200 | 12,00 |
| 5 | ГОСТ | **Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 112 | 45 | 5,00 |
| | | | 680 | | |
| | | Итого сумма завтрака: | | | 130,43 |
| Обед ОВЗ 5-11 кл. | | | | | |
| 7 | 74-14 | Огурцы свежие (порционно) | 62 | 100 | 29,00 |
| 8 | 82-17 | Щи из капусты картофелем,с зеленью (капуста,картоф.морк.лук реп..том.п.масло) | 111 | 250/1 | 31,00 |
| 9 | 291-17 | Плов из птицы (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло) | 481 | 300 | 92,42 |
| 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) | 112,5 | 45 | 5,00 |
| 12 | ТУ-04 | ***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар) | 80 | 35 | 4,20 |
| | | | 953 | | |
| | | 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.

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 280

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"28" октября 2022 г.

| № п/п | № сборника рецептов | Наименование блюд | эн.цен | Выход | Цена |
|-------------------------|---------------------|--|--------|-------|---------------|
| | | | ккал. | гр | руб |
| Завтрак 1-4 кл. | | | | | |
| 1 | 75-17 | Икра свекольная (свекл.морк.лук.том.масл) | 30 | 60 | 12,20 |
| 2 | ТТК-6 | Медальоны "Северный колорит" (оленина,капус.лук.яйцо.батон.сыр,масло) | 218 | 90 | 59,38 |
| 3 | 310-17 | Картофель отварной (картоф,масло сл.) | 204 | 150 | 25,00 |
| 4 | ТТК-39 | Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник) | 50 | 200 | 12,00 |
| 5 | ГОСТ | **Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 87 | 35 | 3,70 |
| | | | 589 | | |
| | | Итого сумма завтрака: | | | 112,28 |
| Обед ОВЗ 1-4 кл. | | | | | |
| 7 | 74-14 | Огурцы свежие (порционно) | 48 | 60 | 20,70 |
| 8 | 82-17 | Щи из капусты картофелем,с зеленью (капуста,картоф.морк.лук реп. том.п.масло) | 144 | 200/1 | 25,00 |
| 9 | 291-17 | Плов из птицы (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло) | 368 | 260 | 82,89 |
| 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) | 100 | 40 | 4,50 |
| 12 | ТУ-04 | ***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар) | 57 | 25 | 3,00 |
| | | | 823 | | |
| | | 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.