

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 281

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"07" ноября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	157	20\10\30	38,60
2	93-04	Каша молочная "Дружба" с маслом (молоко.кр.пшеничная.рис.сах.масло)	185,5	150/5	33,28
3	387-17	Яблоки свежие	70	130	16,90
4	379-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	100	200	20,00
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	75	30	3,50
			587,5		
		Итого сумма завтрака:			112,28
Обед ОБЗ 1-4 кл.					
6	55-17	Салат из свеклы с огурцами консервированными с зеленью (свекла,огурец .консерв.зел.масло)	53	60/1	24,50
7	97-17	Суп картофельный с зеленью (картоф.морковь.лук реп..масло)	123	200/1	23,01
8	255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья,сметана,лук реп.масло)	240	90	58,08
9	467-97	Рис припущенный с томатом (крупа рис,тома.пас.масло)	144	150	23,00
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)	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 ОБЗ 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 № 281

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"07" ноября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	204	20\10\30	46,00
2	93-04	Каша молочная "Дружба" с маслом (молоко.кр.пшениная.рис.сах.масло)	206	250/10	61,20
3	387-17	Яблоки свежие	70	130	16,90
4	379-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	100	200	23,00
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	45	5,90
			680		
		Итого сумма завтрака:			153,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	55-17	Салат из свеклы с огурцами консервированными с зеленью (свекла,огурец .консерв.зел.масло)	50	100/1	35,00
7	97-17	Суп картофельный с зеленью (картоф.морковь.лук реп..масло)	128	250/1	33,00
8	255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья, сметана, лук реп.масло)	278	100	81,20
9	467-97	Рис припущенный с томатом (крупа рис, тома.пас.масло)	198	180	30,00
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	106	200	25,00
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112,5	45	5,90
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	80	35	4,90
			953		
		Итого сумма обеда:			215,00
		Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			368,00

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