

Директор МБОУ СОШ №10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1144

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"10" ноября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	62-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св.сахар)	49	60	10,50
2	278-17	Тефтели из говядины (говядина,лук р.батон,томат,мука,масло)	63	90	56,08
3	199-17	Пюре гороховое (крупа горох.масло сл.)	255	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
			587		
		Итого сумма завтрака:			112,28
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	413-03	Салат из кукурузы с луком и яйцом (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)	42	60	21,00
7	102-17	Суп картофельный с перловой крупой, говядиной,сзеленью(картоф.морк.лукреп.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; Md-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1144

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"10" ноября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	62-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св.сахар)	82	100	20,00
2	278-17	Тефтели из говядины (говядина, лук р. батон, томат, мука, масло)	80	110	89,10
3	199-17	Пюре гороховое (крупа горох.масло сл.)	320	200	25,00
5	378-17	Чай с молоком (чай заварка.сахар,молоко)	86	200	13,00
	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	45	5,90
			680		
		Итого сумма завтрака:			153,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	413-03	Салат из кукурузы с луком и яйцом (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)	65	100/1	33,00
7	102-17	Суп картофельный с перловой крупой, говядиной,сзеленью(картоф.морк,лукреп.горох,масло)	150	20/250/1	38,00
8	234-17	Котлеты из щуки (щука.батон.мол.масло)	261	100	71,20
9	321-17	Сложный гарнир (капуста тушеная,карт.пюре) (картоф.молоко.масло капуста,мор.лук.том.пас.масло)	215	180	28,00
10	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)	22	200	21,00
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	45	5,90
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	80	35	4,90
			952		
		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.