

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1153

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"23" ноября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	10-12	Салат из зеленого горошка (зел.горош.конс.зелень.масло)	22	60	20,70
2	229-17	Минтай тушеный в томате с овощами (минтай,лук,морковь,томат,масло)	234	90	38,88
3	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	137	150	28,00
4	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
5	376-17	Чай с сахаром (чай заварка,сахар)	60	200	8,00
6	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.					
7	45-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (капуст.морковь.масло.зелень)	31	60/1	13,50
8	94-17	Рассольник с зеленью (ог.конс.картоф.морковь,лук.реп.,масло)	112	200/1	22,00
9	290-17	Филе цыпленка тушеное в соусе красном основном (филе цып.бр.томат,мор.лук,масло р)	194	90	66,09
10	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная.масло сл)	180	150	15,00
11	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
12	ТТК	*Напиток лимонный (лимон.сахар)	102	200	20,00
13	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	4,50
14	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-0,4; P-19,5; ккал-79

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

Зав.производством

Нарыжная С.В.

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1153

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"23" ноября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	10-12	Салат из зеленого горошка (зел.горош. конс.зелень.масло)	40	100	34,00
2	229-17	Минтай тушеный в томате с овощами (минтай,лук,морковь,томат,масло)	257	100	52,60
3	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	164	180	38,00
4	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
5	376-17	Чай с сахаром (чай заварка,сахар)	60	200	9,50
6	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.					
7	45-17	Салат из белокочанной капусты с зеленью (капуст.морковь.масло.зелень)	72	100/1	23,00
8	94-17	Рассольник с зеленью (ог.конс,картоф.морковь,лук,реп.,масло)	137	250/1	30,00
9	290-17	Филе цыпленка тушеное в соусе красном основном (филе цып.бр.томат,мор.лук,масло р)	170	100	94,20
10	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная.масло сл)	232	180	21,00
11	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
12	ТТК	*Напиток лимонный (лимон.сахар)	102	200	23,00
13	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	113	45	5,90
14	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.