



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10 ПИТАНИЕ"

МЕНЮ № 1168

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"14" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	101-04	Икра кабачковая (кабачки, мор. лук, масло р.)	70	100	26,00
2	284-01	Котлеты "Сурские" из щуки (фарш щуки, лук реп. капуста. яйцо. сухари. масло)	319	100	56,10
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	70	180	38,00
4	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
5	377-17	Чай с лимоном (чай заварка. сахар, лимон)	62	200/7	14,00
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	50-17	Салат из свеклы с сыром (свекла, сыр, масло)	88	100	32,00
8	102-17	Рассольник ленинградский с зеленью (картофель, морковь, лук реп. огур. конц. крупа перл. масло)	90	250/1	26,00
9	274-17	Котлеты рубленые из филе птицы запеч. с соус. молочным (филе птиц, батон, масло, мука, молоко.)	264	100	87,20
10	303-17	Каша пшенная с маслом (крупа пшенная, масло)	165	180	25,00
11	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
12	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св. сахар)	105	200	21,00
13	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	45	5,90
14	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	80	35	4,90
			951,0		
		Итого сумма обеда:			215,00
		Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			368,00

*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
Общественного питания"
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1168

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"14" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	101-04	Икра кабачковая (кабачки, мор. лук, масло р.)	39	60	18,00
2	284-01	Котлеты "Сурские" из щуки (фарш щуки, лук реп. капуста яйцо сухари. масло)	206	90	53,30
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	147	150	29,00
4	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
5	377-17	Чай с лимоном (чай заварка. сахар, лимон)	62	200/7	14,00
6	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	87	35	4,70
			588		
		Итого сумма завтрака:			132,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
7	50-17	Салат из свеклы с сыром (свекла, сыр, масло)	67	60	26,00
8	102-17	Рассольник ленинградский с зеленью (картофель, морковь, лук реп. огур. конс. крупа перл. масло)	99	200/1	23,00
9	274-17	Котлеты рубленые из филе птицы запеч. с соус. молочным (филе птиц, батон. масло, мука, молоко.)	174	90	73,10
10	303-17	Каша пшенная с маслом (крупа пшенная. масло)	255	150	20,00
11	338-17	Яблоки свежие	48	100	13,00
12	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св. сахар)	22	200	21,00
13	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	100	40	5,40
14	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	57	25	3,50
			822,0		
		Итого сумма обеда:			185,00
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			317,00

*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