

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
СТОЛОВАЯ №10

## МЕНЮ № 1171

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"19" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	157	20\10\30	46,00
2	93-04	Каша молочная "Дружба" с маслом (молоко.кр.пшеничная.рис.сах.масло)	185,5	150/5	42,00
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)	75	30	4,10
			587,5		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>132,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	55-17	Салат из свеклы с огурцами консервированными с зеленью (свекла,огурец.консерв.зел.гор.конс.масло)	53	60/1	26,80
7	102-17	Суп картофельный с горохом,с.зеленью (картоф.горох,морковь,лук реп,масло)	123	200/1	27,00
8	268-17	Котлеты рубленые из говядины (говядина,батон,мол,лук,масло)	240	90	68,30
9	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	144	150	29,00
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)	100	40	5,40
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	25	3,50
			823		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>185,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>317,00</b>

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  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1171

### бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"19" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
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.пшеница,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		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>153,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	55-17	Салат из свеклы с огурцами консервированными с зеленью (свекла,огурец,консерв.зел.гор.конс.масло)	50	100/1	35,00
7	102-17	Суп картофельный с горохом,с.зеленью (картоф,горох,морковь,лук,реп,масло)	128	250/1	33,00
8	268-17	Котлеты рубленые из говядины (говядина,батон,мол,лук,масло)	278	100	73,20
9	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	198	180	38,00
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		
<b>Итого сумма обеда:</b>					<b>215,00</b>
<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>					<b>368,00</b>

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