

Директор МБОУ СОШ № 10

Шафран М.Н.



АО "Комбинат

общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1174

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"22" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	132-94	Салат из моркови с кунжутом(морк.кунжут.сахар)	49	60/1	15,00
2	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным (говядина,лук р.батон,томат,мука,масло)	63	90	65,30
3	305-17	Рис припущенный (крупа рис.масло сл.)	255	150	21,00
4	387-17	Яблоко свежее	47	100	13,00
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)	87	35	4,70
			587		
		Итого сумма завтрака:			132,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	413-03	Салат из кукурузы с луком и яйцом ,с зеленью (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)	42	60/1	24,00
7	98-17	Суп картофельный с перловой крупой, говядиной,сзеленью(картоф.морк.лукреп.горох,масло)	119	20/200/1	33,00
8	234-17	Котлеты рубленые из щуки (щука.батон.мол.масло)	292	90	58,10
9	486-96	Рагу овощное (картоф.капуста,мор.лук.том.пас.масло)	143	150	27,00
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)	100	40	5,40
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	25	3,50
			822		
		Итого сумма обеда:			185,00
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			317,00

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 № 1174

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"22" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	132-94	Салат из моркови с кунжутом(морк.кунжут.сахар)	82	100/1	20,00
2	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным (говядина,лук р.батон,томат,мука,масло)	219	100	76,10
3	305-17	Рис припущенный (крупа рис.масло сл.)	134,4	180	25,00
4	387-17	Яблоко свежее	47	100	13,00
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
			680,4		
		Итого сумма завтрака:			153,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	413-03	Салат из кукурузы с луком и яйцом ,с зеленью (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)	65	100/1	26,00
7	98-17	Суп картофельный с перловой крупой, говядиной,сзеленью(картоф.морк.лукреп.горох,масло)	149,5	20/250/1	38,00
8	234-17	Котлеты рубленые из щуки (щука батон.мол.масло)	261	100	71,20
9	486-96	Рагу овощное (картоф.капуста,мор.лук.том.пас.масло)	215	180	35,00
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)	112,5	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.