



Директор МБОУ СОШ№10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1585

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"19" января 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	21-17	Салат из консервированных огурцов (огур.конс.лук.масло)	35	60	15,18
2	291-17	Плов из филе птицы (филе цып. бр.рис.морк.лук.том.п.масл)	418	205	39,80
3	ТТК-39	Чай из шиповника (чай заварка,сахар,шиповник)	50	200	2,01
4	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	84,5	35	3,01
			587,5		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
5	413-03	Салат из кукурузы с луком и яйцом ,зеленью (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)	76	60/1	12,00
6	82-17	Борщ с капустой и картофелем . с зеленью (свек,капус,картоф,морк,лук,том,пас,масло сл.)	115	200/1	6,33
7	240-17	Фрикадельки из горбуши с соусом красным основ. (рыбагорбуша.бат.мол.лук.морк.том.п.мука.масло)	243	100	26,10
8	310-17	Картофель отварной (картоф.масло)	57	150	12,78
9	338-17	Яблоки свежие	52	110	14,30
10	473-16	*Напиток витаминный (шиповник,изюм,сахар)	126	200	7,99
11	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	3,44
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	55	24	2,06
			824		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>85,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>145,00</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; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-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 № 1585

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"19" января 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	21-17	Салат из консервированных огурцов с зеленью (огур. конс. лук. масло)	40	100/1	25,61
2	291-17	Плов из птицы ( цып. бр. рис. морк. лук. том. п. масл))	472	250	35,34
3	ТТК-39	Чай из шиповника (чай заварка, сахар, шиповник)	50	200	2,01
4	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	118	47	4,04
			680		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
5	413-03	Салат из кукурузы с яйцом ,зеленью (кукур. конс. яйцо. лук реп. масло.)	73	100/1	19,76
6	82-17	Борщ с капустой и картофелем . с зеленью (свек, капуста, картофель, морковь, лук, томат, пас., масло сл.)	152	250/1	8,06
7	240-17	Фрикадельки из щуки с соусом красным основ. (фарш щуки. бат. мол. лук. морк. том. п. мука. масло)	292	110	23,52
8	310-17	Картофель отварной (картоф. масло)	70	180	14,93
9	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
10	473-16	*Напиток витаминный (шиповник, изюм, сахар)	126	200	8,02
11	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	45	3,87
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	80	33	2,84
			952		
<b>Итого сумма обеда:</b>					<b>94,00</b>
<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>					<b>161,00</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; Мд-5,7; Fe-0,4; P-19,5; ккал-79

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

Зав. производством

Нарыжная С.В.