

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1590

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"26" января 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	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	5,60
2	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говядина,лук р.батон,томат,мука,масло)	218,9	90	26,43
3	305-17	Рис припущенный (крупа рис.масло сл.)	112	150	7,94
4	387-17	Яблоко свежее	47	100	13,00
5	378-17	Чай с молоком (чай заварка сахар,молоко)	86	200	4,45
6	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	74,6	35	2,58
			587,5		
		Итого сумма завтрака:			60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
7	413-03	Салат из кукурузы с луком и яйцом ,с зеленью (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)	76	60/1	12,00
8	161-02	Суп полевой с филе птицы,с зеленью (картоф.лук реп.крупа пшено,филе цып.бр.масло.)	150	10/200/1	11,82
9	234-17	Котлеты рубленые из щуки (щука.батон.мол.масло)	174	90	25,48
10	486-96	Рагу овощное (картоф.капуста,мор.лук.том.пас.масло)	112	150	12,40
11	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
12	342-17	*Напиток яблочный (яблоко св.сахар)	112	200	4,88
13	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	3,44
14	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	52	23	1,98
			823		
		Итого сумма обеда:			85,00
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			145,00

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 № 1590

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"26" января 2023 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	6,66
2	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говядина,лук р.батон,томат,мука,масло)	219	100	26,63
3	305-17	Рис припущенный (крупа рис.масло сл.)	134,4	180	9,49
4	387-17	Яблоко свежее	47	120	15,60
5	378-17	Чай с молоком (чай заварка.сахар,молоко)	86	200	4,45
6	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	48,5	4,17
			680,4		
		Итого сумма завтрака:			67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
7	413-03	Салат из кукурузы с луком и яйцом ,с зеленью (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)	76	100/1	12,66
8	161-02	Суп полевой ,с зеленью (картоф..лук реп.крупа пшено.масло.)	150	250/1	8,37
9	234-17	Котлеты рубленые из щуки (щука.батон.мол.масло)	174	100	28,47
10	486-96	Рагу овощное (картоф.капуста,мор.лук.том.пас.масло)	112	180	14,81
11	338-17	Яблоки свежие	47	120	15,60
12	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)	112	200	7,12
13	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	45	3,87
14	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	52	36	3,10
			823		
		Итого сумма обеда:			94,00
		Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			161,00

Примечание:

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

** Батон нарезной: белки-2,3;;жиры-0,3;угл.-16;Ca-0,5;Mg-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***Хлеб " Никитский": белки-1,9;жиры-0,5;;угл.-13;Ca-0,5;Md-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.