

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
Общественного питания
столовая №10

МЕНЮ № 1593

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"31" января 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	75-17	Икра свекольная (свекла, мор. лук, том. паст. масло р.)	70	100	9,35
2	260-17	Гуляш из говядины (говядина, том. п. лук реп. мука. масло)	283	100	44,82
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	190	180	7,53
4	54-22гн	Чай фруктовый с яблоком и сахаром (чай черный, яблоки, вода, сахар)	61	200	2,68
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	76	30,5	2,62
			680		
		Итого сумма завтрака :			67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	134-94	Салат "Зимний" с зеленью (картоф. морк. зел. гор. огур кон. лук реп. м.р.)	71	100/1	12,76
7	91-12	Свекольник с филе птицы и зеленью (картоф, свекла, лук реп, филе цып. бр. томат, масло)	148	10/250/1	13,57
8	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говяд. батон. лук реп. том. паста. мука. масло)	167	110	30,93
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	216	180	12,14
10	387-17	Яблоки свежие	52	110	14,30
11	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	106	200	3,42
12	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	45	3,87
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	80	35	3,01
			952		
		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; 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 № 1593

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"31" января 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	101-04	Икра кабачковая (кабачки, мор. лук, масло р.)	39	60	8,22
2	260-17	Гуляш из говядины (говядина, том. п. лук реп. мука. масло)	262	90	39,85
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	155	150	6,41
4	54-22гн	Чай фруктовый с яблоком и сахаром (чай черный, яблоки, вода, сахар)	61	200	2,68
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	70,7	33	2,84
			587,7		
		Итого сумма завтрака :			60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	134-94	Салат "Зимний" с зеленью (картоф. морк. зел. гор. огур. кон. лук реп. м. р.)	68	60/1	6,25
7	91-12	Свекольник с филе птицы и зеленью (картоф. свекла, лук реп. филе цып. бр. томат, масло)	82	10/200/1	14,90
8	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говяд. батон. лук реп. том. паста. мука. масло)	167	110	30,91
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	192	160	10,79
10	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
11	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	106	200	3,39
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	100	40	3,44
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	62	27	2,32
			824		
		Итого сумма обеда:			85,00
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			145,00

Примечание:

*Витаминация 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