



Директор МБОУ СОШ№10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2009

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"07" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	413-03	Салат из кукурузы с картофелем ,зеленью (кукур.конс.картоф..лук реп.масло.)	56	100/1	12,83
2	294-17	Котлеты рубленые из птицы (цыпл бройлер батон.молок..масло)	193	100	34,54
3	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло)	221	185	12,50
4	528-96	Соус красный основной (лук реп.морковь.томат пас.мука.масло)	36	30	0,70
	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,56
	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	113	45	3,87
		<b>Итого сумма завтрака:</b>	<b>681</b>		<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
5	101-04	Икра кабачковая (кабачки,мор.лук,масло р.)	81	100	13,65
6	111-04	Борщ сибирский с зеленью (свекл.кап.карт.фас.мор.лук.том.п.масл.)	160	250/1	8,98
7	256-17	Говядина тушеная (говядина,лук реп.морковь.томат.масло)	257	100	51,44
8	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло сл.)	190	180	7,53
9	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар)	84	200	6,01
10	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	45	3,87
11	ТУ-04	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	68	29,3	2,52
			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

\*\* Хлеб пшеничный: белки-2,3;жиры-0,3;угл.-16;Са-0,5;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

\*\*\*Хлеб" Дарницкий": 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 № 2009

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"07" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	413-03	Салат из кукурузы с луком и яйцом ,зеленью (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)	76	60/1	12,00
2	294-17	Котлеты рубленые из птицы (цыпл.бройлер батон.молок..масло)	142	90	31,41
3	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло)	180	150	10,15
4	528-96	Соус красный основной (лук реп.морковь.томат пас.мука.масло)	36	30	0,70
	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,56
	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	92	37	3,18
		<b>Итого сумма завтрака:</b>	<b>588</b>		<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
5	101-04	Икра кабачковая (кабачки,мор.лук,масло р.)	39	60	8,22
6	111-04	Борщ сибирский с филе птицы, с зеленью (свекл.кап.карт.фас.мор.лук.том.п.филе цып.бр.масл.)	130	200/10/1	12,30
7	256-17	Говядина тушеная (говядина,лук,реп.морковь.томат.масло)	251	90	46,28
8	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло сл.)	155	150	6,41
9	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар)	84	200	5,99
10	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	3,44
11	ТУ-04	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан.дрожжи,масло,сахар)	64	27,4	2,36
			823,0		
		<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

\*\* Хлеб пшеничный: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": 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.