

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2012

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"13" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	154	20/10/30/	20,58
2	181-17	Каша манная молочная с маслом (молоко,кп.манная,сах.масло)	151,1	150/5	10,45
3	387-17	Яблоки свежие	51,7	110	14,30
4	382-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	100	200	5,83
5	ГОСТ	Конфеты Испанская Ночь	60	20	6,00
6	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	70,7	33	2,84
			587,5		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
7	10-12	Салат из зеленого горошка с зеленью (зел.горош.конс.зелень,масло)	51	60/1	13,21
8	103-17	Суп картофельный с макарон. изд.,говядиной,с зеленью(картоф.морковь.лук реп.макар.изд.масло)	108	10/200/1	15,62
9	288-17	Птица отварная (цыпленок бройлер)	242	90	30,02
10	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	139	150	13,54
11	473-16	*Напиток витаминный (шиповник,изюм,сахар)	126	200	7,99
12	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	35	3,01
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	22,2	1,61
			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; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": 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 № 2012

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"13" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	154	20/10/30/	20,58
2	181-17	Каша манная молочная с маслом (молоко.кр.манная.сах.масло)	201	240/10	17,81
3	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
4	382-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	118	200	5,83
5	ГОСТ	Конфеты Испанская Ночь	60	20	6,00
6	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	44	3,78
			692		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
7	10-12	Салат из зеленого горошка с зеленью (зел.горош.конс.зелень.масло)	38	100/1	21,61
8	103-17	Суп картофельный с макаронными изделиями,с зеленью(картоф.морковь.лук реп.макар.изд.масло)	98	250/1	7,60
9	288-17	Птица отварная (цыпленок бройлер)	377	100	33,34
10	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	156	190	17,11
11	473-16	*Напиток витаминный (шиповник,изюм,сахар)	126	200	8,02
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	45	3,87
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	28,5	2,45
			952,0		
		<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;Mg-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

\*\*\*Хлеб " Дарницкий": 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