

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2013

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"14" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	101-04	Икра кабачковая (кабачки, мор. лук, масло р.)	39	60	8,22
2	ТТК-3	Биточки по-Ноябрьски (оленина, филе птицы) (оленина, филе цып. бр. батон, масло)	262	90	40,61
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	155	150	6,41
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай черный, шиповник, вода, сахар)	61	200	2,01
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	70,7	32	2,75
			587,7		
		<b>Итого сумма завтрака :</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	71-17	Огурцы свежие (порциями)	68	65	19,23
7	91-12	Свекольник с филе птицы и зеленью (картоф, свекла, лук реп, филе цып. бр., томат, масло)	119	200/10/1	15,15
8	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говяд батон, лук реп, том, паста, мука, масло)	167	100	30,72
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	205	160	10,79
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	106	200	3,39
11	p58233-18	**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)	58	26,5	2,28
			823		
		<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 № 2010

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"14" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	зн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	75-17	Икра свекольная (свекла, мор. лук, том. паст. масло р.)	70	100	9,35
2	ТТК-3	Биточки по-Ноябрьски (оленина, филе птицы) (оленина, филе цып. бр. батон. масло)	273	100	45,14
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	190	180	7,53
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай черный, шиповник вода, сахар)	61	200	2,01
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	85,7	34,5	2,97
			679,7		
		<b>Итого сумма завтрака :</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	94-16	Салат "Мозаика" с зеленью (картоф. морк. зел. гор. яйцо, масло)	71	100/1	10,46
7	91-12	Свекольник с филе птицы и зеленью (картоф. свекла, лук реп. филе цып. бр. томат, масло)	139	250/10/1	13,83
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	59	125	16,25
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)	82	36	3,10
			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; 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