



Директор МБОУ СОШ№10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2015

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"16" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	21-17	Салат из консервированных огурцов с зеленью (огур. конс. лук. масло)	40	100/1	25,61
2	291-17	Плов из птицы (цып. бр. рис. морк. лук. том. п. масл.)	498	240	33,50
3	ТТК-39	Чай с брусникой и сахаром (чай заварка, сахар, брусника)	50	200	4,71
4	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	92	37	3,18
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
5	413-03	Салат из кукурузы с яйцом, зеленью (кукур. конс. яйцо. лук реп. масло.)	73	100/1	19,76
6	82-17	Борщ с капустой и картофелем. с зеленью (свек, капуста, картофель, морк. лук, том, пас, масло сл.)	181	250/1	8,16
7	240-17	Фрикадельки из щуки с соусом красным основ. (фарш щуки, бат. мол. лук. морк. том. п. мука. масло)	292	110	23,52
8	310-17	Картофель отварной (картоф. масло)	70	180	15,86
9	338-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
10	473-16	*Напиток витаминный (шиповник, изюм, сахар)	126	200	8,02
11	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	45	3,87
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	51	21	1,81
			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-0,4; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-0,2; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.



Директор МБОУ СОШ№10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2015

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"16" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	21-17	Салат из консервированных огурцов (огур.конс.лук.масло)	35	70	17,71
2	291-17	Плов из филе птицы (филе цып. бр.рис.морк.лук.том.п.масл))	410,5	200	34,40
3	ТТК-39	Чай с брусникой и сахаром (чай заварка,сахар,брусника)	50	200	4,71
4	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	92	37	3,18
			587,5		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
5	413-03	Салат из кукурузы с яйцом ,зеленью (кукур.конс.яйцо.лук.реп.масло.)	76	60/1	12,00
6	82-17	Борщ с капустой и картофелем . с зеленью (свек,капус,картоф,морк,лук,том,пас,масло сл.)	104	200/1	6,41
7	240-17	Фрикадельки из горбуши с соусом красным основ. (рыбагорбуша.бат.мол.лук.морк.том.п.мука.масло)	243	100	26,10
8	310-17	Картофель отварной (картоф.масло)	57	150	13,57
9	338-17	Яблоки свежие	52	100	13,00
10	473-16	*Напиток витаминный (шиповник,изюм,сахар)	126	200	7,99
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)	66	29	2,49
			824		
		<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;Ca-0,5;Md-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

\*\*\*Хлеб" Дарницкий": 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.