

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2019

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"22" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	67-17	Винегрет овощной (картоф.свекл.морк.лук реп.огур.конс.масло)	40	100	10,77
2	284-01	Котлеты "Сурские" из минтая (рыба минтай,морковь.лук.капуста,яйцо.сухари.масло)	259	100	17,97
3	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	173	190	17,11
4	387-17	Яблоки свежие	47	100	13,00
5	54-34гн-22	Чай фруктовый с ягодой (брусника,клюква) (чай черный,брусн.клюкв.сахар)	61	200	4,71
6	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	3,44
			680		
		Итого сумма завтрака:			67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
7	71-17	Ассорти из свежих овощей (помидор св.,огурец св.)	71	100	25,00
8	95-17	Рассольник домашний с зеленью (ог.конс,картоф.морковь,лук.реп.капуста,масло)	218	250/1	22,38
9	290-17	Филе цыпленка тушеное в соусе красном основном (филе цып.бр.томат,мор.лук,масло р)	171	100	29,59
10	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная.масло сл)	232	190	6,09
11	ТТК	*Напиток лимонный (лимон.сахар)	102	200	5,27
12	р58233-18	**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)	58	26	2,23
			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

** 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 № 2019

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"22" марта 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	зн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	67-17	Винегрет овощной с зеленью (картоф.свекл.морк.лук реп.огур.конс.масло)	31	60/1	8,80
2	284-01	Котлеты "Сурские" из горбуши (рыба горбуша,морковь.лук.капуста,яйцо.сухари.масло)	248,3	100	28,01
3	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	155,2	170	15,30
4	54-34гн-22	Чай фруктовый с ягодой (брусника,клюква) (чай черный,брусн.клюкв.сахар)	61	200	4,71
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	92	37	3,18
			587,5		
Итого сумма завтрака:					60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	71-17	Помидоры,огурцы свежие (порционно)	38	60	15,00
7	95-17	Рассольник домашний с зеленью (ог.конс,картоф.морковь,лук.реп.капуста,масло)	105	200/1	10,35
8	290-17	Филе цыпленка тушеное в соусе красном основном (филе цып.бр.томат,мор.лук,масло р)	171	100	29,60
9	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная.масло сл)	180	150	4,85
10	387-17	Яблоки свежие	56	110	14,30
11	ТТК	*Напиток лимонный (лимон.сахар)	102	200	5,27
12	р58233-18	**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)	71	25,5	2,19
			823		
Итого сумма обеда:					85,00
Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:					145,00

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.