

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2457

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"12" апреля 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	э.н.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
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		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
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		
		<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 № 2457

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"12" апреля 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
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		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
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		
<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-0,4; P-19,5; ккал-79

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

Зав. производством

Нарыжная С.В.