



Директор МБОУ СОШ №10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2480

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"18" мая 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
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		
		Итого сумма завтрака:			67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
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,капус,картоф,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		
		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;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***Хлеб" Дарницкий": белки-1,9;жиры-0,5;угл.-13;Са-0,5;Мд-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.



Директор МБОУ СОШ №10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
Общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2480

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"18" мая 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	н.цен	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
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	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.					
5	413-03	Салат из кукурузы с яйцом ,зеленью (кукур.конс.яйцо.лук.реп.масло.)	76	60	11,70
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	164-01	Котлеты "Обские " из минтая. (рыба минтай.капуста.морк.лук реп.масло)	243	100	27,08
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	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	35	3,01
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	66	26	2,24
			824		
		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;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***Хлеб" Дарницкий": белки-1,9;жиры-0,5;угл.-13;Са-0,5;Мд-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.