



Директор МБОУ СОШ№10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2483

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"23" мая 2023 г.

| № п/п | № сборника рецептур | Наименование блюд | эн.цен. ккал. | Выход | Цена |
|-------------------------|---------------------|--|------------------|----------|---------------|
| | | | | гр | руб |
| Завтрак 1-4 кл. | | | | | |
| 1 | 413-03 | Салат из кукурузы с луком и яйцом ,зеленью (кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.) | 76 | 60/1 | 12,00 |
| 2 | 294-17 | Котлеты рубленые из птицы (цыпл.бройлер.батон.молок.масло) | 142 | 90 | 31,41 |
| 3 | 302-17 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло) | 180 | 150 | 10,15 |
| 4 | 528-96 | Соус красный основной (лук реп.морковь.томат.пас.мука.масло) | 36 | 30 | 0,70 |
| | 377-17 | Чай с лимоном (чай,сахар,лимон) | 62 | 200/7 | 2,56 |
| | ГОСТ | **Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 92 | 37 | 3,18 |
| | | Итого сумма завтрака: | 588 | | 60,00 |
| Обед ОВЗ 1-4 кл. | | | | | |
| 5 | 101-04 | Икра кабачковая (кабачки,мор.лук,масло р.) | 39 | 60 | 8,22 |
| 6 | 111-04 | Борщ сибирский с филе птицы, с зеленью (свекл.кап.карт.фас.мор.лук.том.п.филе.цып.бр.масл.) | 130 | 200/10/1 | 12,30 |
| 7 | 256-17 | Говядина тушеная (говядина,лук.реп.морковь.томат.масло) | 251 | 90 | 46,28 |
| 8 | 309-17 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло сл.) | 155 | 150 | 6,41 |
| 9 | 388-17 | *Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар) | 84 | 200 | 5,99 |
| 10 | ГОСТ | **Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 100 | 40 | 3,44 |
| 11 | ТУ-04 | ***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар) | 64 | 27,4 | 2,36 |
| | | | 823,0 | | |
| | | 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.



Директор МБОУ СОШ №10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2483

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"23" мая 2023 г.

| № п/п | № сборника рецептов | Наименование блюд | эн.цен. ккал. | Выход | Цена |
|--------------------------|---------------------|---|---------------|-------|---------------|
| | | | | гр | руб |
| Завтрак 5-11 кл. | | | | | |
| 1 | 413-03 | Салат из кукурузы с картофелем ,зеленью (кукур.конс.картоф. лук реп.масло.) | 56 | 100/1 | 12,83 |
| 2 | 294-17 | Котлеты рубленые из птицы (цыпл.бройлер.батон.молок.масло) | 193 | 100 | 34,54 |
| 3 | 302-17 | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло) | 221 | 185 | 12,50 |
| 4 | 528-96 | Соус красный основной (лук реп.морковь.томат.пас.мука.масло) | 36 | 30 | 0,70 |
| | 377-17 | Чай с лимоном (чай,сахар,лимон) | 62 | 200/7 | 2,56 |
| | ГОСТ | **Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 113 | 45 | 3,87 |
| | | Итого сумма завтрака: | 681 | | 67,00 |
| Обед ОВЗ 5-11 кл. | | | | | |
| 5 | 101-04 | Икра кабачковая (кабачки,мор.лук,масло р.) | 81 | 100 | 13,65 |
| 6 | 111-04 | Борщ сибирский с зеленью (свекл.кап.карт.фас.мор.лук.том.п.масл.) | 160 | 250/1 | 8,98 |
| 7 | 256-17 | Говядина тушеная (говядина,лук реп.морковь.томат.масло) | 257 | 100 | 51,44 |
| 8 | 309-17 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло сл.) | 190 | 180 | 7,53 |
| 9 | 388-17 | *Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар) | 84 | 200 | 6,01 |
| 10 | ГОСТ | **Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар) | 112 | 45 | 3,87 |
| 11 | ТУ-04 | ***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан.дрожжи,масло,сахар) | 68 | 29,3 | 2,52 |
| | | | 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.