

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 720

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"06" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	75-04	Салат "Рыжик" (морковь, сыр, яйцо, масло)	31	60	8,24
2	299-16	Ежики из говядины с соусом томатным (говяд. кр. рисовая. лук реп. мука. том. пас. масло)	257	100	27,81
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	155	170	18,70
4	54-34гн-22	Чай фруктовый с яблоками (чай черный, яблоки св. сахар)	61	200	2,54
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	84	32	2,71
			588		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	74-17	Икра овощная (свекла, морк. лук реп. том. пас. масло)	38	60	8,81
7	88-17	Щи из свежей капусты с картофелем, с индейкой (картоф. морк. лук реп. капуста, том. паста. мясо инд. масло)	113	200/15	17,30
8	234-17	Котлеты рубленые из щуки (фарш щуки, батон, масло)	189	90	25,48
9	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная. масло сл)	180	150	4,85
10	387-17	Яблоки свежие	60	100	12,00
11	647-96	*Напиток клюквенный (клюква, сахар)	102	200	11,57
12	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	30	2,58
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	66	28	2,41
			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 № 720

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"06" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	75-04	Салат "Рыжик" (морковь, сыр, яйцо, масло)	40	100	13,80
2	299-16	Ежики из говядины с соусом томатным (говяд. кр. рисовая. лук реп. мука том. пас. масло)	325	100	27,64
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	173	180	19,80
4	54-34гн-22	Чай фруктовый с яблоками (чай черный, яблоки св. сахар)	61	200	2,54
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	81	37,4	3,22
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	74-17	Икра овощная (свекла, морк. лук реп. том. пас. масло)	71	100	12,41
7	88-17	Щи из свежей капусты с картофелем, с индейкой (картоф. морк. лук, реп. капуста, том. паста. мясо инд. масло)	158	250/10/1	15,41
8	234-17	Котлеты рубленые из щуки с маслом (фарш щуки, батон, масло)	170	100/5	31,47
9	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная. масло сл)	232	180	5,77
10	387-17	Яблоки свежие	52	100	12,00
11	647-96	*Напиток клюквенный (клюква, сахар)	102	200	11,59
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	35	3,01
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	55	27	2,34
			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-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.