

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая № 10

## МЕНЮ № 703

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"10" ноября 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	101-16	Салат "Розовый", зелень (капуста белокач.свекла,кисл.лим.,масло.)	70	100/1	6,83
2	408-96	Печень тушеная в соусе красном основном (печень говяжья,лук реп,морковь,том пас,мука,масло)	342	100	23,01
3	310-17	Картофель отварной (картоф,масло сл.)	70	180	20,09
4	338-17	Яблоки свежие	60	100	12,00
5	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	61	200	2,01
6	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	77	35,6	3,06
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
7	94-16	Салат "Мозаика" (картоф.морк.зел.гор.яйцо,масло)	62	12,96	12,96
8	97-07	Суп картофельный с зеленью (картоф.,морковь,лук реп,масло)	168	250/1	12,48
9	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл.бройлер,яйцо,сухари,масло)	207	100	49,83
10	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	200	180	8,14
11	471-16	*Лимонад лимонный (лимон.,сахар)	106	200	5,13
12	р58233-18	**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)	73	28,5	2,45
			928		
		<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.



Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 703

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"10" ноября 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	101-16	Салат "Розовый", зелень (капуста белокач.свекла,кисл.лим.,масло.)	42	60/1	4,26
2	408-96	Печень тушеная в соусе красном основном (печень говяжья,лук реп,морковь,том пас.мука,мосло)	316	90	22,73
3	310-17	Картофель отварной (картоф,масло сл.)	57	150	16,76
4	338-17	Яблоки свежие	67	100	12,00
5	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	2,01
6	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	56	26	2,24
			588		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
7	50-16	Салат из зеленого горошка с зеленью (зеленый гор.конс.лук реп.масло)	35	60/1	12,46
8	97-07	Суп картофельный с зеленью (картоф.,морковь,лук реп,масло)	137	200/1	10,09
9	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл.бройлер.яйцо.сухари.масло)	245	90	44,85
10	309-17	Макаронные изделия отварные ( макаронные изделия,масло)	165	160	7,24
11	471-16	*Лимонад лимонный (лимон.,сахар)	106	200	5,11
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	87	35	3,01
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	48	26	2,24
			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.