



АО "Комбинат
"КОМБИНАТ"
об. ответственно питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1142

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"11" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн. цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	154	20/10/30/	20,58
2	181-17	Каша манная молочная с маслом (молоко.кр.манная.сах.масло)	207	180/5	11,89
3	387-17	Фрукты свежие	57	100	19,50
4	382-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	100	200	5,83
5	ГОСТ27844	**Батон с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	69	25	2,20
			587		
		Итого сумма завтрака:			60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	77-16	Салат из белокочанной капусты, зелень (капуста белок.морковь.лук реп.масло)	51	60/1	3,78
7	98-17	Суп крестьянский с зеленью (картоф.морковь.лук реп.капуста,масло)	126	200/1	5,22
8	664-96	Пельмени из оленины с маслом (оленина,филе цып.бр.мука.яйцо.масло)	425	200	68,87
9	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	126	200	3,39
10	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	52	24	2,02
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	43	20	1,72
			823		
		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;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



АО "Комбинат
"Общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1142

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"11" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	ЭН. ЦЕН. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	154	20/10/30/	20,58
2	181-17	Каша манная молочная с маслом (молоко,кр.манная,сах.масло)	314	200/10	15,86
3	387-17	Фрукты свежие	47	110	22,09
4	382-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	100	200	5,83
5	ГОСТ27844	**Батон с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	65	30	2,64
			680		
		Итого сумма завтрака:			67,00
Обед ОБЗ 5-11 кл.					
6	77-16	Салат из белокочанной капусты (капуста белок.морковь.лук реп.масло)	68	100	5,62
7	98-17	Суп крестьянский с зеленью (картоф.морковь.лук реп.капуста,масло)	136	250/1	6,37
8	664-96	Пельмени из оленины с маслом (оленина,филе цып.бр.мука.яйцо.масло)	442	210	73,60
9	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	126	200	3,42
10	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	98	35	3,01
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	69	23	1,98
			939		
		Итого сумма обеда:			94,00
		Итого сумма ОБЗ 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;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 № 1142

комплексное меню лечебно-диетического питания

"11" декабря 2023г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
Завтрак 5-11класс					
1	17-03	Бутерброд с сыром (хлеб ржаной, сыр, масло)	60	8,5	168
2	243-96	Запеканка капустная со сметаной (капуста, морк. лук реп, яйцо, масло)	220	32	236
3	338-17	Груши свежие (зеленые)	130	12,8	110
4	54-34-22	Чай фруктовый с яблоками без сахара (чай черный, яблоки)	200	2,2	98
5	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен, мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	30	13,4	68
Итого за завтрак:			640	68,9	680
Обед 5-11 класс					
6	48-17	Салат витаминный (1 вариант) (капуста, яблок, помид, ог. св, морк, масло)	100	0,4	88
7	101-17	Суп картофельный с перловой крупой, с зеленью (круп. перлов., лук реп, морк, картоф, масло)	251	26	105
8	260-17	Гуляш из говядины (без муки) (говядина, лук реп, том. паста, масл)	110	42	337
9	143-17	Рагу овощное (без муки) (капуст, морк, лук, реп, карт, том. п, масло)	200	19	135
10	388-17	*Напиток из шиповника (без сахара) (шиповник сушеный)	100	6	115
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен, мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	64	20,8	172
Итого за обед:			825	114,2	952
Итого за день			1465	183,1	1904,00

Примечание:

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

***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.