



И.О. Директора МБОУ СОШ№10

Вородацкая Е.А.

АО "Комбинат

общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2499

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"12" апреля 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	66-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св.сахар)	85	65	3,59
2	223-17	Запеканка из творога с соусом вишневым (творог,яйц,мол,манка,масло,вишня.крахм.сахар)	364	160/40	51,36
3	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,56
4	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	77	28	2,49
			588		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
5	15-17	Салат из свежих помидоров и огурцов, зелень (помид.огурцы,лук.масло)	39	60/1	14,59
6	151-16	Уха ростовская с минтаем ,с зеленью (картоф.лук р,морк,помид,минтай,масло,зел.)	76	200/1	20,81
7	299-16	Ежики из говядины с соусом томатным (говяд.кр.рисовая.лук реп.мука.том.пас.масло)	261	100	30,91
8	309-17	Макаронные изделия отварные ( макаронные изделия,масло)	180	150	7,09
9	479-16	*Напиток смородиновый (смородина черная,сахар)	102	200	5,99
10	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	88	35	3,12
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	77	28	2,49
			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

И.О. Директора МБОУ СОШ № 10

Бородавская Е.А.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10 ПИТАНИЕ

## МЕНЮ № 2499

**бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс**

"12" апреля 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	66-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св.сахар)	130	100	5,52
2	223-17	Запеканка из творога с соусом вишневым (творог,яйц,мол,манка,масло,вишня.крахм.сахар)	397	170/45	56,25
3	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,56
4	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	91	30	2,67
			680		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
5	50-17	Салат из свежих помидоров с зеленью (помид.,лук.масло)	61	100/1	21,17
6	151-16	Уха ростовская с минтаем (картоф.лук р,морк,помид,минтай,масло,зел.)	190	250	23,39
7	299-16	Ежики из говядины с соусом томатным (говяд.кр.рисовая.лук реп.мука.том.пас.масло)	265	100	30,91
8	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	190	180	8,33
9	479-16	*Напиток смородиновый (смородина черная,сахар)	106	200	6,01
10	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	88	25	2,23
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	52	22	1,96
			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



И.О. Директора МБОУ СОШ №10

Бородацкая Е.А.

АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ"  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2499

### комплексное меню лечебно-диетического питания

"12" апреля 2024г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход	Углево-	Эн.
			гр	ды	ценность
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
1	62-17	Салат из моркови с кунжутом (морковь свежая, кунжут, масло)	101	7	50
2	108-17	Котлеты по-ноябрьски из оленины и говядины (говядина, оленина, яйцо, лук, масло)	120	31	250
3	484-96	Соус красный основной (без муки) (лук реп. морк. том. п. масло)	30	7,2	71
4	308-17	Горох отварной (крупа гороховая, масло)	190	3,4	150
5	378-17	Чай с молоком (без сахара) (чай черный, молоко)	200	3,4	77
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	36	16,1	82
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>677</b>	<b>68,1</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
7	50-17	Салат из свеклы с сыром и чесноком, зеленью (свекла, сыр, чеснок, масло)	111	0,4	88
8	113-17	Суп - лапша домашняя, с зеленью (картоф. лук. морк. мука. яйцо. масло)	252	25	145
9	297-17	Фрикадельки из птицы (цыпл. бройлер. хл. пшен. молоко. масло)	100	38,8	274
10	484-96	Соус красный основной (без муки) (лук реп. морк. том. п. масло)	30	0,5	24
11	321-17	Капуста тушеная (без муки) (капуста св. лук. морк. том. п. масло)	200	23,7	152
12	349-17	*Компот из сухофруктов (без сахара) (сухофрукты)	200	3	80
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	70	22,8	189
<b>Итого за обед:</b>			<b>963</b>	<b>114,2</b>	<b>952</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1640</b>	<b>182,3</b>	<b>1632</b>

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.