



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

## МЕНЮ № 1143

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"12" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюда	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	52-17	Салат из свеклы отварной, кунжут (свекла,масло,лук реп,кунжут)	46	60/1	5,96
2	416-96	Биточки из говядины (говядина,лук реп,батон,масло)	264	90	43,12
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	155	150	6,93
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай черный,шиповник,вода,сахар)	61	200	2,01
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	62	29	1,98
			588		
<b>Итого сумма завтрака :</b>					<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	97-16	Салат "Нежный", кунжут (морковь,яблоки,яйцо,кунжут,масло)	68	65/1	7,57
7	103-17	Суп картофельный с макар.изделиями,индейкой, зеленью(картоф,морк.лук реп.макар.изд.индейка,масло)	113	200/15/1	18,83
8	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говяд,батон,лук реп,том.паста,мука,масло)	167	100	26,72
9	351-16	Картофель по-деревенски (картоф,чеснок,масло)	205	150	20,58
10	471-16	*Лимонад лимонный (лимон,сахар)	106	200	5,11
11	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	3,44
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	64	30	2,75
			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:Ca-0,5;Mg-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

\*\*\*Хлеб" Дарницкий": белки-1,9;жиры-0,5;;угл.-13;Ca-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 № 1143

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"12" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	52-17	Салат из свеклы отварной, кунжут (свекла,масло,лук реп,кунжут)	61	100/1	9,49
2	415-96	Биточки из говядины запеченные с молоч.соусом (говядина,лук реп,батон.молоко,мука,масло)	293	100	45,43
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	190	180	8,14
4	376-17	Чай с сахаром (чай черный,вода,сахар)	62	200	1,00
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	74	34	2,94
			680		
		<b>Итого сумма завтрака :</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	97-16	Салат "Нежный", кунжут (морковь,яблоки,яйцо,кунжут,масло)	55	100/1	11,77
7	103-17	Суп картофельный с макар.изделиями,индейкой, зеленью(картоф.морк.лук реп.макар.изд.индейка,масло)	120	250/10/1	16,97
8	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говяд.батон.лук реп.том.паста.мука,масло)	219	110	27,03
9	351-16	Картофель по-деревенски (картоф.чеснок.масло)	195	190	25,79
10	471-16	*Лимонад лимонный (лимон.,сахар)	106	200	5,13
11	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	126	45	3,87
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	131	40	3,44
			952		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>94,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>161,00</b>

Примечание:

\*Витаминация 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  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1143

### комплексное меню лечебно-диетического питания

"12" декабря 2023г

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
1	45-17	Салат из белокачанной капусты (капуста, морк. лук реп. лим. кис. масло)	120	6	48
2	418-96	Зразы рубленые из говядины (говядина, сухари, лук реп. масло)	110	2,8	145
3	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	230	27	215
4	484-96	Соус красный основной (лук реп. морк. том. п. масло)	50	16,8	118
5	54-22	Чай с брусникой (чай черный, брусника)	200	0	56
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	43	19,2	98
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>753</b>	<b>71,8</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
7	67-17	Винегрет овощной с зеленью (свекла, морк, огур. конс. лук реп. масло)	101	10,2	33
8	94-17	Рассольник с зеленью (картоф. морковь, лук реп. огур. конс. масло)	252	2,2	95
9	290-17	Филе птицы тушеное в соусе (без муки) (филе цып. бр. лук морк. том. п. масло)	100	40,3	232
10	315-17	Морковь отварная (морковь, масло)	180	23,7	180
11	338-17	Яблоки свежие (зеленые)	110	9,8	85
12	349-17	*Компот из кураги без сахара (курага сушеная)	200	5	138
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>1013</b>	<b>114</b>	<b>952</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1766</b>	<b>185,8</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; Р-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.