

И.О.Директора МБОУ СОШ№10  
Бородацкая Е.А.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1608

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"14" марта 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	71-17	Ассорти из свежих овощей (помидор св.огурец св.перец св.)	35	25/30/10	19,33
2	291-17	Плов из птицы (цып. бр, крупа рис. морк. лук реп. том. п. масло)	401	200	32,29
3	54-29-22	Чай со смородиной (чай черный, сахар, черная смородина)	50	200	5,09
4	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	102	37	3,29
			588		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
5	69-16	Салат из отварной моркови с сыром (морковь, сыр., масло)	31	60	7,00
6	82-17	Борщ с капустой и картофелем, с индейкой (свек, капуста, картофель, морковь, лук, томат, пас., масло)	146	200/10	14,01
7	234-17	Биточки из минтая (рыба минтай, лук реп. хлеб, яйцо, масло)	266	90	19,10
8	310-17/315-17	Сложный гарнир (пюре картофельное, фасоль отварная) (картофель, фасоль зел. стручковая, масло)	57	100/50	20,00
9	338-17	Яблоки свежие	52	100	12,00
10	473-16	*Напиток витаминный (шиповник, изюм, сахар)	126	200	7,99
11	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	88	35	3,12
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	56	20	1,78
			822		
		<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; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*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.

И.О.Директора МБОУ СОШ№10  
Бородацкая Е.А.



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

## МЕНЮ № 1608

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

"14" марта 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	24-17	Салат из свежих помидоров и огурцов (помид.огурцы,лук.масло)	67	100	23,63
2	291-17	Плов из птицы (цып. бр,крупа рис.морк.лук реп.том.п.масло)	481	240	34,96
3	54-29-22	Чай со смородиной (чай черный,сахар,черная смородина)	50	200	5,47
4	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	82	33	2,94
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
5	69-16	Салат из отварной моркови с сыром , зеленью (морковь,сыр.,масло)	73	100/1	12,37
6	82-17	Борщ с капустой и картофелем,с зеленью (свек,капус,картоф,морк,лук,том,пас,масло )	169	250/1	8,51
7	234-17	Биточки из минтая (рыба минтай.лук реп.хлеб,яйцо,масло)	266	100	21,31
8	310-17/315-17	Сложный гарнир (пюре картофельное,фасоль отварная) (картофель,фасоль зел.стручковая,масло)	70	150/30	23,33
9	338-17	Яблоки свежие	47	110	13,20
10	473-16	*Напиток витаминный (шиповник,изюм,сахар)	126	200	8,02
11	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	105	42	3,74
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	96	40	3,52
			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;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

\*\*\*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.



И.О. Директор МБОУ СОШ №10

Бородацкая Е.А.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1608

### КОМПЛЕКСНОЕ МЕНЮ ЛЕЧЕБНО-ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ

"14" марта 2024г

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	Выход	Углево-	Эн.
			гр	ды	ценность
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
1	52-17	Салат из свеклы отварной с зеленью (свекла, лук реп. том. пас. масло)	101	0,4	88
2	288-17	Птица отварная (ципленок бройлер)	100	29	167
3	143-17	Рагу овощное (без картофеля) (капуст. морк. лук. реп. том. п. масло)	180	13	193
4	338-17	Яблоки свежие (зеленые)	100	9,8	85
5	376-17	Чай без сахара (чай черный)	200	0,1	56
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	40	17,9	91
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>721</b>	<b>70,2</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
7	44-17	Маринад овощной с зеленью (свекла, том. паст. масло)	101	1,6	49
8	82-17	Борщ с капустой и картофелем, зеленью (картоф. капуста. морк. лук. свекл. том. пас. масло)	252	12,8	94
9	420-96	Рулет из говядины с луком и яйцом (говядина, хлеб пш. яйцо. лук реп. яйцо, масло)	100	44,5	219
10	303-17	Каша ячневая вязкая (крупа ячневая, масло)	180	21,2	205
11	338-07	Груши свежие (зеленые)	110	10	94
12	647-96	*Напиток витаминный (без сахара) (шиповн. изюм)	200	1	102
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>113,9</b>	<b>952</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1734</b>	<b>184,1</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.