

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1161

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"15" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн. цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	181-17	Каша манная молочная с маслом (молоко кр.манная сах.масло)	207	155/5	10,80
2	387-17	Яблоки свежие	57	100	12,00
3	382-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	100	200	5,83
4	680-96	Блинчики со сгущенным молоком (мука,яйцо,молоко,масло,молоко сгущ)	224	135/20	31,37
			588		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
5	101-16	Салат "Розовый" (капуста белокач.свекла,кисл.лим.,масло.)	51	60	4,11
6	98-17	Суп крестьянский (картоф.морковь.лук реп.капуста,масло)	115	200	4,65
7	664-96	Пельмени из оленины с маслом (оленина,филе цып.бр.мука.яйцо.масло)	425	200	69,02
8	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	126	200	3,39
9	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	58	23	2,05
10	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	48	20	1,78
			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

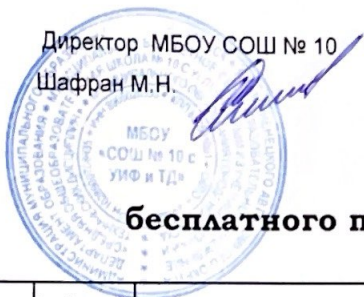
\*\* Хлеб пшеничный: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Ca-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Ca-0,5; Md-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

\*\*\*\* Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Ca-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

Зав. производством

Нарыжная С.В



Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ  
столовая №10

## МЕНЮ № 1161

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

"15" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	181-17	Каша манная молочная с маслом (молоко,кр.манная,сах.масло)	314	200/10	16,24
2	387-17	Яблоки свежие	67	113	13,56
3	382-17	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток "Бодрость,сахар,молоко)	100	200	5,83
4	680-96	Блинчики со сгущенным молоком (мука,яйцо,молоко,масло,молоко сгущ)	199	135/20	31,37
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
5	101-16	Салат "Розовый" (капуста белокач.свекла,кисл.лим.,масло.)	68	100	6,85
6	98-17	Суп крестьянский (картоф.морковь.лук реп.капуста,масло)	187	250	5,78
7	664-96	Пельмени из оленины с маслом (оленина,филе цып.бр.мука.яйцо.масло)	448	200/10	73,90
8	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	126	200	3,42
9	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	75	25	2,23
10	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	48	20,5	1,82
			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
- \*\*\*\* Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

Зав.производством

Нарыжная С.В

Директор МБОУ СОШ №10

Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1161

комплексное меню лечебно-диетического питания

"15" января 2024г

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн. ценность
				ды	
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
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
		<b>Итого за завтрак:</b>	<b>640</b>	<b>68,9</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
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
		<b>Итого за обед:</b>	<b>825</b>	<b>114,2</b>	<b>952</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>1465</b>	<b>183,1</b>	<b>1904,00</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.