

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 706

**бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс**

"15" ноября 2023 г.

| № п/п                   | № сборника рецептур | Наименование блюд  | эн.цен.<br>ккал. | Выход    | Цена          |
|-------------------------|---------------------|--|------------------|----------|---------------|
|                         |                     |  |                  | гр       | руб           |
| <b>Завтрак 1-4 кл.</b>  |                     |  |                  |          |               |
| 1                       | 101-16              | Салат "Розовый" , зелень<br>(капуста белокач.свекла,кисл.лим.,масло.)                                | 42               | 60/1     | 4,26          |
| 2                       | 325-96              | Котлеты любительские из щуки<br>(фарш щуки,лук реп.морк.яйцо.масло)                                  | 265              | 90       | 27,41         |
| 3                       | 312-17              | Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)   | 155              | 150      | 16,53         |
| 4                       | 382-17              | Какао с молоком (молоко,какао,сахар)   | 82               | 200      | 9,26          |
| 5                       | р58233-18           | **Хлеб пшеничный с витаминно минеральной<br>смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)                    | 44               | 30       | 2,54          |
|                         |                     |  | 588              |          |               |
|                         |                     | <b>Итого сумма завтрака:</b>   |                  |          | <b>60,00</b>  |
| <b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b> |                     |  |                  |          |               |
| 6                       | 74-17               | Икра овощная с зеленью<br>(свекла.морк.лук реп.том.пас.масло.зел)                                    | 67               | 60/1     | 7,81          |
| 7                       | 96-17               | Рассольник домашний с филе птицы,с зеленью<br>(ог.конс,картоф.морк,лук.реп.капуста,филе птицы.масло) | 102              | 200/10/1 | 19,16         |
| 8                       | 294-15              | Запеканка из печени с рисом ,маслом<br>(печень гов.рис.лук реп.яйцо.масло,)                          | 468              | 170      | 45,37         |
| 9                       | 342-17              | *Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)   | 22               | 200      | 6,64          |
| 10                      | р58233-18           | **Хлеб пшеничный с витаминно минеральной<br>смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)                    | 100              | 40       | 3,44          |
| 11                      | 26983-15            | ***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной<br>смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)      | 64               | 30       | 2,58          |
|                         |                     |  | 823,0            |          |               |
|                         |                     | <b>Итого сумма обеда:</b>  |                  |          | <b>85,00</b>  |
|                         |                     | <b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>   |                  |          | <b>145,00</b> |

\*Витаминация 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

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 706

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

"15" ноября 2023 г.

| № п/п                    | № сборника рецептур | Наименование блюд  | эн.цен. | Выход | Цена          |
|--------------------------|---------------------|--|---------|-------|---------------|
|                          |                     |  | ккал.   | гр    | руб           |
| <b>Завтрак 5-11 кл.</b>  |                     |  |         |       |               |
| 1                        | 101-16              | Салат "Розовый"<br>(капуста белокач.свекла,кисл.лим.,масло.)                                 | 68      | 100   | 6,43          |
| 2                        | 325-96              | Котлеты любительские из щуки с маслом<br>(фарш щуки,лук реп.морк.яйцо..масло)                | 316     | 100/5 | 33,45         |
| 3                        | 312-17              | Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)   | 164     | 180   | 19,80         |
| 4                        | 378-17              | Чай с молоком (чай черный.молоко,сахар)  | 60      | 200   | 4,45          |
| 5                        | р58233-18           | **Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)               | 72      | 33,4  | 2,87          |
|                          |                     |  | 680     |       |               |
|                          |                     | <b>Итого сумма завтрака:</b>   |         |       | <b>67,00</b>  |
| <b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b> |                     |  |         |       |               |
| 6                        | 74-17               | Икра овощная с зеленью<br>(свекла,морк.лук реп.том.пас.масло.зел)                            | 88      | 100/1 | 12,81         |
| 7                        | 96-17               | Рассольник домашний с зеленью<br>(ог.конс,картоф.морк,лук.реп.капуста,масло)                 | 113     | 250/1 | 14,78         |
| 8                        | 294-15              | Запеканка из печени с рисом ,маслом<br>(печень гов.рис.лук реп.яйцо.масло,)                  | 231     | 195/5 | 53,00         |
| 9                        | 342-17              | *Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)   | 270     | 200   | 6,66          |
| 10                       | р58233-18           | **Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)               | 22      | 43,5  | 3,74          |
| 11                       | 26983-15            | ***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар) | 120     | 30    | 3,01          |
|                          |                     |  | 844,0   |       |               |
|                          |                     | <b>Итого сумма обеда:</b>  |         |       | <b>94,00</b>  |
|                          |                     | <b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>  |         |       | <b>161,00</b> |

\*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