

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая № 10

МЕНЮ № 1146

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"15" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	66-17	Салат из моркови с изюмом (морковь св.изюм.сах)	85	65	7,86
2	223-17	Запеканка из творога с соусом брусничным (творог,яйц,мол,манка,масло,брусника крахм.сахар)	364	160/40	46,48
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	36	3,10
			588		
		Итого сумма завтрака:			60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
5	21-17	Салат из консервированных огурцов с зеленью (огурцы консерв.лук реп..масло,зел)	43	60/1	15,58
6	151-16	Уха ростовская с минтаем ,с зеленью (картоф.лук р,морк,помид,минтай,масло,зел.)	75	200/1	15,13
7	299-16	Ежики из говядины с соусом томатным (говяд.кр.рисовая.лук реп.мука.том.пас.масло)	181	90	26,72
8	303-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречнев.масло)	255	150	10,15
9	647-96	*Напиток из клюквы (клюква,сахар)	106	200	11,57
10	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	3,44
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	63	28	2,41
			823		
		Итого сумма обеда:			85,00
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			145,00

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

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н. МБОУ
«СОШ № 10»
УИФ ЧТД

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

МЕНЮ № 1146

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"15" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн. цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	66-17	Салат из моркови с изюмом (морковь св. изюм.сах)	82	100	12,68
2	223-17	Запеканка из творога с соусом брусничным (творог,яйц,мол,манка,масло,брусника,крахм,сахар)	452	170/45	49,38
3	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	86	200/7	2,56
4	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	60	27,7	2,38
			680		
		Итого сумма завтрака:			67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
5	21-17	Салат из зеленого горошка с зеленью (зел.горошек конс..лук реп..масло,зел)	61	100/1	20,55
6	151-16	Уха ростовская с минтаем ,с зеленью (картоф.лук р,морк,помид,минтай,масло,зел.)	116	250/1	16,02
7	299-16	Ежики из говядины с соусом томатным (говяд.кр.рисовая.лук реп.мука.том.пас.масло)	282	100	27,64
8	303-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречнев.масло)	190	180	12,14
9	647-96	*Напиток из клюквы (клюква,сахар)	106	200	11,59
10	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	126	45	3,87
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	85	25,5	2,19
			966		
		Итого сумма обеда:			94,00
		Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			161,00

Примечание:

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 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
"КОМБИНАТ"
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1146

комплексное меню лечебно-диетического питания

"15" декабря 2023г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
Завтрак 5-11класс					
1	62-17	Салат из моркови (морковь свежая,масло)	100	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 (крупя 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
Итого за завтрак:			676	68,1	680
Обед 5-11 класс					
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
Итого за обед:			963	114,2	952
Итого за день			1639	182,3	1632

Примечание:

*Витаминация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

***Хлеб" Дарницкий": белки-1,9;жиры-0,5;;угл,-13;Са-0,5;Mд-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.