

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10 ПИТАНИЯ

МЕНЮ № 1162

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"16" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	52-17	Салат из свеклы отварной, кунжут (свекла,масло,лук реп,кунжут)	46	70/1	4,36
2	416-96	Биточки из говядины (говядина,лук реп,батон,масло)	233	90	43,23
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	155	160	7,42
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай черный,шиповник,вода,сахар)	61	200	2,01
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	93	34	2,98
			588		
Итого сумма завтрака :					60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	97-16	Салат "Нежный", кунжут (морковь,яблоки,яйцо,кунжут,масло)	68	60/1	12,57
7	88-17	Щи из свежей капусты с картофелем,с филе пт. (картоф.морк,лук реп.капуста,том.паста,филе пт.масло)	113	200/10	15,26
8	294-15	Запеканка из печени с рисом ,маслом (печень гов.рис.лук реп.яйцо.масло,)	207	90/5	26,99
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	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	75	30	2,67
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	48	21	1,82
			822		
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.



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

МЕНЮ № 1162

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"16" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	52-17	Салат из свеклы отварной, кунжут (свекла,масло,лук реп,кунжут)	61	100/1	6,06
2	416-96	Биточки из говядины (говядина,лук реп,батон.масло)	293	100	48,02
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	190	180	8,33
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)	72	29	2,58
			677		
Итого сумма завтрака :					67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	97-16	Салат "Нежный", кунжут (морковь,яблоки,яйцо,кунжут ,масло)	56	100/1	12,67
7	88-17	Щи из свежей капусты с картофелем,с филе пт.с зел (картоф.морк,лук.реп.капуста,том.паста.филе пт.масло)	187	250/10/1	15,38
8	294-15	Запеканка из печени с рисом ,маслом (печень гов.рис.лук реп.яйцо.масло,)	257	100/5	29,69
9	351-16	Картофель по-деревенски (картоф.чеснок.масло)	195	190	25,78
10	471-16	*Лимонад лимонный (лимон.,сахар)	75	200	5,13
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)	94	25	2,23
			952		
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: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
ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

МЕНЮ № 1162

комплексное меню лечебно-диетического питания

"16" января 2024г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
Завтрак 5-11класс					
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
Итого за завтрак:			753	71,8	680
Обед 5-11 класс					
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
Итого за обед:			1013	114	952
Итого за день			1766	185,8	1632

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.