



Директор МБОУ СОШ №10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 691

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"17" октября 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена руб
				гр	
Завтрак 1-4 кл.					
1	52-17	Салат из свеклы отварной с зеленью (свекла, масло, лук реп)	35	60/1	5,86
2	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл. бройлер, яйцо, сухари, масло)	183	90	39,60
3	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	180	150	10,15
4	528-96	Соус красный основной (лук реп, морковь, томат пас, мука, масло)	52	30	0,77
	376-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар,)	60	200	0,96
	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	77	31	2,66
		Итого сумма завтрака:	587		60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
5	77-16	Салат из сборных овощей со свежей зеленью (капуста, морковь, помид, огурец св., масло р.)	39	60/1	4,66
6	111-04	Борщ сибирский с филе птицы, с зеленью (свекл, кап, карт, фас, мор, лук, том, п. филе цыпл. бр, масл.)	126	200/15/1	17,18
7	277-16	Говядина в кисло-сладком соусе (говядина, лук, реп, морковь, томат, масло)	251	90	44,83
8	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	155	150	6,41
9	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн, сахар)	84	200	5,99
10	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	100	40	3,44
11	ТУ-04	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен, мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	68	29	2,49
			823,0		
		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; 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.



Директор МБОУ СОШ№10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 691
бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"17" октября 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	45-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (капуста белокачанная, морковь, масло, лук реп)	73	100/1	6,02
2	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл. бройлер. яйцо. сухари. масло)	195	100	44,00
3	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	221	180	12,15
4	528-96	Соус красный основной (лук реп. морковь. томат пас. мука. масло)	52	30	0,77
	376-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар,)	62	200	0,96
	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	77	36	3,10
		Итого сумма завтрака:	680		67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
5	77-16	Салат из сборных овощей со свежей зеленью (капуста, морковь, помид, огурец св., масло р.)	81	100/1	7,50
6	111-04	Борщ сибирский с филе птицы, с зеленью (свекл. кап. карт. фас. мор. лук. том. п. филе цып. бр. масл.)	156	250/10/1	16,30
7	277-16	Говядина в кисло-сладком соусе (говядина, лук, реп. морковь. томат. масло)	257	100	50,58
8	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.)	190	180	7,51
9	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн. сахар)	84	200	6,01
10	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	118	42	3,61
11	ТУ-04	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	66	29	2,49
			952,0		
		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; 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.