

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 692

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"18" октября 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	75-04	Салат "Рыжик" (морковь, сыр, яйцо, масло)	31	60	8,24
2	299-16	Ежики из говядины с соусом томатным (говяд. кр. рисовая. лук реп. мука. том. пас. масло)	254	100	27,64
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	155	170	18,70
4	54-34гн-22	Чай фруктовый с яблоками (чай черный, яблоки св. сахар)	61	200	2,41
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	86	35	3,01
			587		
		Итого сумма завтрака:			60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	71-17	Ассорти из свежих овощей (помидоры св., огурцы)	38	60	8,02
7	95-17	Рассольник домашний с индейкой, с зеленью (ог. конс. картоф. морк. лук реп. капуста, мясо инд. масло)	113	200/15/1	22,81
8	234-17	Котлеты рубленые из щуки (фарш щуки, батон, масло)	171	90	25,48
9	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная. масло сл)	180	150	4,85
10	387-17	Яблоки свежие	60	115	12,65
11	471-16	*Мохито лимонный (лимон. мята, сахар)	102	200	5,60
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	90	36	3,10
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	68	29	2,49
			822		
		Итого сумма обеда:			85,00
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			145,00

Примечание:

*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 № 692

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"18" октября 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена руб
				гр	
Завтрак 5-11 кл.					
1	75-04	Салат "Рыжик" (морковь, сыр, яйцо, масло)	40	100	13,80
2	299-16	Ежики из говядины с соусом томатным (говяд. кр. рисовая, лук реп. мука, том. пас. масло)	323	100	27,64
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	173	180	19,80
4	54-34гн-22	Чай фруктовый с яблоками (чай черный, яблоки св. сахар)	61	200	2,41
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	83	39	3,35
			680		
		Итого сумма завтрака:			67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	71-17	Ассорти из свежих овощей (помидоры св., огурцы)	71	100	13,38
7	95-17	Рассольник домашний с индейкой, с зеленью (ог. конс, картоф. морк, лук реп. капуста, мясо инд. масло)	158	250/10/1	22,06
8	234-17	Котлеты рубленые из щуки (фарш щуки, батон, масло)	170	100	28,47
9	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная, масло сл)	232	180	5,77
10	387-17	Яблоки свежие	52	120	13,20
11	471-16	*Мохито лимонный (лимон, мята, сахар)	102	200	5,62
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	40	3,44
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	55	24	2,06
			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.