

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1569

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"19" февраля 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	154	20\10\30	21,06
2	93-04	Каша молочная "Дружба" с маслом (молоко,к.р.пшеничная,рис,сах,масло)	214	180/5	12,84
3	387-17	Фрукты свежие	85	100	19,60
4	378-17	Чай с молоком (молоко,чай черный,сахар)	82	200	4,45
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	53	23	2,05
			588		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	45-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (капуста,морковь,лук реп.масло)	19	60/1	3,86
7	102-17	Суп картофельный с горохом,с говядиной, зеленью (картоф,горох,морковь,лук реп.говяд.масло)	140	200/10/1	16,40
8	268-17	Котлеты по-Ноябрьски из оленины и филе птицы (оленина,филе цып.бр.,батон,мол,лук,масло)	277	90	36,47
9	310-17	Картофель отварной с маслом (картофель.масло)	147	150/5	20,07
10	349-17	*Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты,саха)	106	200	3,39
11	p58233-18	**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)	58	24	2,14
			822		
<b>Итого сумма обеда:</b>					<b>85,00</b>
<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>					<b>145,00</b>

Примечание:

\*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 60 мл на порцию

\*\*\*Батон нарезной :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;Mg-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

\*\* Хлеб пшеничный :белки-2,3;;жиры-0,3;угл.-16:Ca-0,5;Mg-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

Зав.производством

Нарыжная С.В

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1569

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"19" февраля 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	03-17	Бутерброд с сыром (сыр,масло,батон)	154	20\10\30	21,06
2	93-04	Каша молочная "Дружба" с маслом (молоко,к.р.пшеница,рис,сах.масло)	277	200/10	16,99
3	387-17	Фрукты свежие	85	110	21,56
4	378-17	Чай с молоком (молоко,чай черный,сахар)	82	200	4,45
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	82	33	2,94
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	45-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (капуста,морковь,лук реп.масло)	70	100/1	6,15
7	102-17	Суп картофельный с горохом,с.зеленью (картоф.горох,морковь,лук реп.масло)	147	250/1	8,58
8	268-17	Котлеты по-Ноябрьски из оленины и филе птицы (оленина,филе цып.бр.,батон,мол,лук.масло)	269	110	44,55
9	310-17	Картофель отварной с маслом (картофель.масло)	192	190/5	24,58
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	106	200	3,42
11	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	3,56
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	68	36	3,16
			952		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>94,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>161,00</b>

Примечание:

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

\*\*\*\* Батон нарезной: 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

\*\* Хлеб пшеничный: белки-2,3;;жиры-0,3;угл.-16:Ca-0,5;Mg-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

Зав.производством

Нарыжная С.В

Директор МБОУ СОШ №10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1569

### комплексное меню лечебно-диетического питания

"19" февраля 2024г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
1	15-17	Сыр (порционнo)	30	0	103
2	210-07	Омлет (белковый) (яйцо.молоко.масло)	200	41	320
3	338-17	Яблоки свежие (зеленые)	130	12,8	110
4	ТТК	Чай из шиповника без сахара (чай заварка, шиповник)	200	0	56
5	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	40	17,9	91
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>600</b>	<b>71,7</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
6	59-17	Салат из моркови с яблоками (морковь св.яблоки)	101	50	0
7	99-17	Суп из овощей с зеленью (капуста,лук реп,морк,картоф,масло)	252	10	160
8	256-17	Говядина тушеная (без муки) (говядина,лук реп.том.паста.масл)	120	11	279
9	303-17	Каша перловая вязкая (крупа перлов.масло)	180	8	150
10	338-17	Груша свежая	100	0,4	94
11	349-17	*Компот из сухофруктов (без сахара) (сухофрукты)	200	3	80
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	70	22,8	189
<b>Итого за обед:</b>			<b>1023</b>	<b>105,2</b>	<b>952</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1623</b>	<b>176,9</b>	<b>1904,00</b>

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.