



Директор МБОУ СОШ№10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
Общественного питания
столовая №10

МЕНЮ № 1148

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"19" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	52-17	Салат из свеклы отварной (свекла,масло,лук реп)	35	60	5,46
2	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл.бройлер.яйцо.сухари.масло)	245	90	44,85
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	180	150	6,93
4	376-17	Чай с сахаром (чай заварка,сахар.)	60	200	1,04
5	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	67	20	1,72
		Итого сумма завтрака:	587		60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	413-03	Салат из кукурузы с яйцом, с зеленью (кукуруза.конс.яйцо,лук,масло)	39	60/1	12,46
7	111-04	Суп картофельный с макар.изделиями,с филе пт, зеленью (картоф.морк.лук.реп.макар.филе пт,масло)	126	200/15/1	17,94
8	298-12	Голубцы ленивые с соусом красным основным (говядина,лук,реп.морковь.капуста,томат.масло)	395	200	42,24
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)	79	34	2,93
			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;Mд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***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.



Директор МБОУ СОШ №10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
"ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ"
столовая №10

МЕНЮ № 1148

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"19" декабря 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 морковью (капуста белок. морковь лук реп. масло)	35	100	5,62
2	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл. бройлер яйцо сухари. масло)	245	100	49,83
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	180	180	8,14
4	376-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар.)	60	200	1,04
5	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	67	27,6	2,37
		Итого сумма завтрака:	587		67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	413-03	Салат из кукурузы с яйцом, с зеленью (кукуруза конс. яйцо, лук, масло)	81	100/1	20,46
7	111-04	Суп картофельный с макар. изделиями с зеленью (картоф. морк. лук реп. макар. масло)	156	250/1	10,86
8	298-12	Голубцы ленивые с соусом красным основным (говядина, лук реп. морковь. капуста, томат. масло)	257	250	50,91
9	388-17	*Напиток из плодов шиповника (шиповн. сахар)	190	200	6,01
10	ГОСТ	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	84	35	3,01
11	ТУ-04	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	118	32	2,75
			886,0		
		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.

Директор МБОУ СОШ №10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1148

комплексное меню лечебно-диетического питания

"19" декабря 2023г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
Завтрак 5-11класс					
1	45-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (капуста, морк. лук реп. лим. кис. масло. зел.)	101	6	48
2	255-17	Печень по-строгановски (без муки) (печень гов. лук реп. смет. масло)	110	19	231
3	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	180	16,9	169
4	338-17	Яблоки свежие (зеленые)	100	9,8	85
5	375-17	Чай (без сахара) (чай черный)	200	2	56
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	40	17,9	91
Итого за завтрак:			731	71,6	680
Обед 5-11 класс					
7	75-17	Икра морковная (морковь, лук реп. том. пас. масло)	105	5,2	74
8	108-17	Суп картофельный с клецками, с зеленью (картоф. морковь, лук реп. мука. яйцо. масло)	252	26,6	125
9	108-17	Котлеты по-ноябрьски из оленины и говядины (говядина, оленина, яйцо. лук, масло)	110	25	284
10	316-17	Овощи припущенные (капуста, морковь, лук реп. масло)	200	32,2	200
11	349-17	*Компот из кураги без сахара (курага сушеная)	200	3	80
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	70	22,8	189
Итого за обед:			737	114,8	952
Итого за день			1468	186,4	1632

Примечание:

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

***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.