

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1591

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"24" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	75-04	Салат "Рыжик" (морковь, сыр, яйцо, масло)	31	70	8,34
2	299-16	Ёжики из говядины с соусом томатным (говяд. кр. рисовая, лук реп. мука, том. пас. масло)	266	100	27,84
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	155	170	18,88
4	54-34гн-22	Чай фруктовый с яблоками (чай черный, яблоки св. сахар)	61	200	2,54
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	27	2,40
			588		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	74-17	Икра овощная (свекла, морк. лук реп. том. пас. масло)	38	60	6,03
7	88-17	Щи из свежей капусты с картофелем, с филе пт. (картоф. морк. лук реп. капуста, том. паста, филе пт. масло)	113	200/15	15,26
8	234-17	Котлеты рубленые из щуки с маслом (фарш щуки, батон, масло)	189	90/5	28,86
9	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная, масло сл)	180	150	5,01
10	387-17	Яблоки свежие	60	110	13,20
11	647-96	*Напиток клюквенный (клюква, сахар)	102	200	11,57
12	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	30	2,67
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	66	27	2,40
			823		
		<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

\*\*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 № 1591

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"24" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена руб
				гр	
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	75-04	Салат "Рыжик" с зеленью (морковь, сыр, яйцо, масло)	40	100/1	12,71
2	299-16	Ёжики из говядины с соусом томатным (говяд, кр. рисовая, лук реп. мука, том. пас. масло)	296	100	27,84
3	312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	173	180	19,99
4	54-34гн-22	Чай фруктовый с яблоком (чай черный, яблоки св. сахар)	61	200	2,54
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	110	44	3,92
			680		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	74-17	Икра овощная (свекла, морк. лук реп. том. пас. масло)	71	100	9,45
7	88-17	Щи из свежей капусты с картофелем, с филе пт. с зеленью (картоф. морк., лук реп. кап., том. п. филе пт. мас.)	158	250/10/1	14,18
8	234-17	Котлеты рубленые из щуки с маслом (фарш щуки, батон, масло)	177	100/5	32,03
9	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная, масло сл)	232	180	5,96
10	387-17	Яблоки свежие	52	125	15,00
11	647-96	*Напиток клюквенный (клюква, сахар)	102	200	11,59
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	88	35	3,12
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	72	30	2,67
			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

\*\*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 № 1158

### комплексное меню лечебно-диетического питания

"24" января 2024г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход	Углево-	Эн.
			гр	ды	ценность
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
1	52-17	Салат из свеклы отварной (свекла,лук реп.том.пас.масло)	115	0,4	88
2	279-17	Тефтели паровые с молочным соусом (без муки) (говяд.лук.хл.молоко.масло)	110	38	276
3	321-17	Капуста тушеная (капуста,морк.лук реп.том.п.масло)	180	9,1	185
4	377-17	Чай с лимоном без сахара (чай заварка,лимон)	207	3,4	26
5	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	46	20,6	105
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>658</b>	<b>71,5</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
6	44-17	Салат из овощей с сухофруктаим,кунжутом (капуст.морковь помид.огур.лук.кунж,масло)	101	2,6	84
7	88-17	Щи из св.капусты с картофелем ,зеленью (картоф.капус.морк.лук.масло)	252	18,5	90
8	290-17	Филе цыпленка тушеное в соусе (без муки) (филе цып.бр.лук реп.том.паста.масл)	120	35	289
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречн.масло)	180	28,9	140
10	338-17	Яблоки свежие (зеленые)	120	9,8	85
11	647-96	*Напиток витаминный (без сахара) (шиповн.изюм)	200	1	102
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	60	19	162
<b>Итого за обед:</b>			<b>1033</b>	<b>114,8</b>	<b>952</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1691</b>	<b>186,3</b>	<b>1904</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.