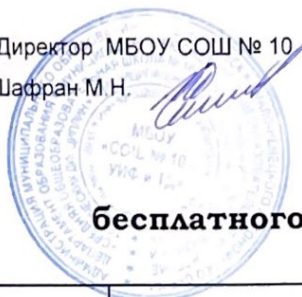


Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1592

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"25" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	101-04	Икра кабачковая (морковь, кабачки, лук реп, мпсло)	13	65	8,91
2	ТТК-6	Медальоны "Северный колорит" из оленины (оленина, капуста, лук, яйцо, батон, сыр, масло)	220	90	32,42
3	358-16	Рис с кукурузой и морковью (крупа рисовая, кукуруза конс. морковь, масло)	205	160	13,35
4	377-17	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон свежий)	62	200/7	2,56
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	86	31	2,76
			586		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	97-16	Салат "Нежный" с зеленью (морковь, яблоки, яйцо, зелень, масло)	76	60/1	7,71
7	161-02	Суп полевой с филе птицы, с зеленью (картоф. лук реп. крупа пшено, филе цып. бр. масло.)	161	200/10/1	14,51
8	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говядина, лук р. батон, томат, мука, масло)	159	90	26,44
9	312/321-17	Сложный гарнир (картоф. пюре, капустатуженая) (картофель, капуста, морк, лук реп, том. п. масло)	112	75/75	14,08
10	338-17	Яблоки свежие	47	100	12,00
11	342-17	*Напиток из свежих яблок (яблоки св. сахар.)	112	200	4,60
12	р58233-18	**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)	68	29	2,54
			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  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1592

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"25" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептов	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	101-04	Икра кабачковая (морковь, кабачки, лук реп, масло)	89	100	13,65
2	ТТК-6	Медальоны "Северный колорит" из оленины (оленина, капуста, лук, яйцо, батон, сыр, масло)	279	100	35,96
3	305-07	Рис припущенный (крупа рисовая, масло)	175	180	12,20
4	377-17	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон свежий)	62	200/7	2,56
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	30	2,63
			680		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	97-16	Салат "Нежный" (морковь, яблоки, яйцо, масло)	56	100	12,17
7	161-02	Суп полевой с филе птицы (картоф. лук реп. крупа пшено, филе цып. бр. масло.)	107	250/10	16,57
8	278-17	Тефтели из говядины с соусом красным основным (говядина, лук р. батон, томат, мука, масло)	269	100	26,63
9	312/321-17	Сложный гарнир (картоф. пюре, капуста тушеная) (картофель, капуста, морк, лук реп, том. п. масло)	200	180	16,84
10	338-17	Яблоки свежие	54	100	12,00
11	342-17	*Напиток из свежих яблок (яблоки св. сахар.)	112	200	4,62
12	р58233-18	**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)	66	23	2,05
			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-0,4; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Md-2,3; Fe-0,2; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.



Директор МБОУ СОШ №10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1159

### комплексное меню лечебно-диетического питания

"25" января 2024г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход	Углево-	Эн.
			гр	ды	ценность
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
1	15-17	Сыр (порционно)	20	0	103
2	234-17	Биточки из минтая (минтай,сухари пш.масло)	120	26	214
3	324-17	Свекла тушеная в сметанном соусе (без муки) (свекла,сметана,масло)	180	15,4	80
4	338-17	Груши свежие (зеленые)	110	10	94
5	379-17	Кофейный напиток (без сахара) (коф.напит.бодрость)	200	2,2	98
6	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>670</b>	<b>71,5</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
7	49-17	Салат витаминный (2 вариант) с зеленью (капуста,морк.зел.горош.масло)	101	1,9	85
8	101-17	Суп картофельный с пшеничной крупой, с зеленью (картоф.морковь,лук,реп.круп.пшен,масло)	252	25	107
9	280-17	Фрикадельки из говядины в соусе красном без муки (говядина.лук,том.паст,масло)	100	28,5	182
10	143-17	Рагу овощное (капуста,морковь,лук реп.том.пас.масло)	180	23,7	180
11	338-17	Груши свежие (зеленые)	100	10	94
12	342-17	*Компот из св.яблок без сахара (яблоки св.)	200	2	115
13	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>1003</b>	<b>113,9</b>	<b>952</b>
<b>Итого за день</b>			<b>1673</b>	<b>185,4</b>	<b>1632</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.