

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10 ПИТАНИЯ

## МЕНЮ № 1593

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"26" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	45-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (капуста белок.морковь.лук реп.масло)	42	60/1	3,86
2	408-96	Печень тушеная в соусе красном основном (печень говяжья.лук реп,морковь,том пас.мука,масло)	291	90	22,63
3	310-17	Картофель отварной (картоф,масло сл.)	57	150	16,92
4	338-17	Яблоки свежие	67	100	12,00
5	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	2,01
6	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	80	29	2,58
			587		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
7	50-16	Салат из зеленого горошка (зеленый гор.конс.лук реп.масло)	35	60	14,68
8	97-07	Суп картофельный с зеленью (картоф.,морковь,лук реп,масло)	116	200/1	8,15
9	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл.бройлер.яйцо.сухари.масло)	245	90	44,85
10	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	180	150	7,09
11	471-16	*Лимонад лимонный (лимон.,сахар)	106	200	5,11
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	28	2,45
			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;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

Зав.производством

Нарыжная С.В.

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 1593

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"26" января 2024 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	45-17	Салат из белокачанной капусты с зеленью (капуста белок.морковь.лук реп.масло)	70	100/1	6,15
2	408-96	Печень тушеная в соусе красном основном (печень говяжья,лук реп,морковь,том пас.мука,масло)	318	100	22,85
3	310-17	Картофель отварной (картоф,масло сл.)	70	180	20,25
4	338-17	Яблоки свежие	67	100	12,00
5	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	2,01
6	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	105	42	3,74
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>67,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
7	67-17	Винегрет овощной (картоф.свекл.морк.ог.конс.лук реп.масло)	62	100	14,52
8	97-07	Суп картофельный с зеленью (картоф.,морковь,лук реп,масло)	168	250/1	11,56
9	326-16	Наггетсы из филе птицы (филе цыпл.бройлер.яйцо.сухари.масло)	281	100	49,83
10	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	200	180	8,33
11	471-16	*Лимонад лимонный (лимон.,сахар)	106	200	5,13
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)	60	22	1,96
			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 № 1160

комплексное меню лечебно-диетического питания

"26" января 2024г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
<b>Завтрак 5-11класс</b>					
1	62-17	Салат из моркови (морковь св.масл)	100	7	50
2	223-17	Запеканка из творога со сметаной (творог,яйцо,масло,сметана)	230	48	499
3	376-17	Чай без сахара (чай черный)	200	0	56
4	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	34	14,8	75
		<b>Итого за завтрак:</b>	<b>564</b>	<b>69,8</b>	<b>680</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>					
5	50-17	Салат из свеклы с сыром и чесноком, зеленью (свекла,сыр,чеснок,масло)	101	0,4	88
6	94-17	Рассольник с зеленью (лук реп,морк,картоф,огурцы конс,масло)	252	19,9	180
7	420-96	Рулет рубленый из говядины (говядина,хлеб пш.яйцо.лук реп.масло)	110	55	267
8	316-17	Овощи припущенные (без картофеля) (капуста,морковь,лук реп,масло)	210	14	150
9	349-17	*Компот из сухофруктов (без сахара) (сухофрукты)	200	3	80
10	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	68	22,5	187
		<b>Итого за обед:</b>	<b>941</b>	<b>114,8</b>	<b>952</b>
		<b>Итого за день</b>	<b>1505</b>	<b>184,6</b>	<b>1904,00</b>

Примечание:

\*Витаминация 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.