

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
"КОМБИНАТ"
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1154

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"27" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	101-16	Салат "Розовый" , зелень (капуста белокач.свекла,кисл.лим.,масло.)	42	60/1	4,26
2	325-96	Котлеты любительские из щуки (фарш щуки,лук реп.морк.яйцо.масло)	265	90	27,41
3	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	155	150	16,53
4	382-17	Какао с молоком (молоко,какао,сахар)	82	200	9,26
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	44	30	2,54
			588		
Итого сумма завтрака:					60,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	74-17	Икра овощная с зеленью (свекла,морк.лук реп.том.пас.масло.зел)	67	60/1	7,81
7	96-17	Рассольник домашний с филе птицы,с зеленью (ог.конс,картоф.морк.лук реп.капуста,филе птицы.масло)	102	200/10/1	19,16
8	294-15	Запеканка из печени с рисом ,маслом (печень гов.рис.лук реп.яйцо.масло.)	468	170	45,37
9	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)	22	200	6,64
10	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	3,44
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло.сахар)	64	30	2,58
			823,0		
Итого сумма обеда:					85,00
Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:					145,00

*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 № 1154

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"27" декабря 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Цена	
				Выход гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	101-16	Салат "Розовый" (капуста белокач.свекла,кисл.лим.,масло.)	68	100	6,43
2	325-96	Котлеты любительские из щуки с маслом (фарш щуки,лук реп.морк.яйцо.масло)	316	100/5	33,45
3	312-17	Пюре картофельное (картофель,молоко,масло сл.)	164	180	19,80
4	378-17	Чай с молоком (чай черный.молоко,сахар)	60	200	4,45
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	72	33,4	2,87
			680		
Итого сумма завтрака:					67,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	74-17	Икра овощная с зеленью (свекла,морк.лук реп.том.пас.масло.зел)	88	100/1	12,81
7	96-17	Рассольник домашний с зеленью (ог.конс,картоф.морк,лук,реп.капуста,масло)	113	250/1	14,78
8	294-15	Запеканка из печени с рисом ,маслом (печень гов.рис.лук реп.яйцо.масло),)	231	195/5	53,00
9	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)	270	200	6,66
10	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	22	43,5	3,74
11	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	120	30	3,01
			844,0		
Итого сумма обеда:					94,00
Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:					161,00

*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 "О ПИТАНИИ"

МЕНЮ № 1154

комплексное меню лечебно-диетического питания

"27" декабря 2023г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
Завтрак 5-11класс					
1	49-17	Салат витаминный (2 вариант) с зеленью (капуста, морк. яблок зел. горош. масло)	101	1,9	85
2	229-17	Горбуша тушеная с овощами (горбуша, лук реп. морк. масло)	120	11,6	246
3	303-17	Каша перловая вязкая (крупа перловая, масло)	180	37	175
4	338-17	Груши свежие (зеленые)	100	0	57
5	377-17	Чай с лимоном без сахара (чай заварка, лимон)	200	3,4	26
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	40	17,9	91
Итого за завтрак:			741	71,8	680
Обед 5-11 класс					
7	74-17	Икра овощная с зеленью (свекла, морк, лук реп, том. п. масло)	101	2,2	47
8	101-17	Суп картофельный с пшеничной крупой, с зеленью (картоф. морковь, лук реп. крупа пшен, масло)	252	25	125
9	418-96	Зразы рубленые из говядины (говядина, сухари, лук реп. масло)	110	29,5	206
10	208-96	Овощи припущенные (капуста, морковь, лук реп. масло)	180	18	128
11	338-07	Яблоки свежие (зеленые)	100	9,8	85
12	349-17	*Компот из сухофруктов (без сахара) (сухофрукты)	200	7	172
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	70	22,8	189
Итого за обед:			1013	114,3	952
Итого за день			1754	186,1	1632

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.