

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 715

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"29" ноября 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
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	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	44	30	2,54
			588		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>60,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
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	р58233-18	**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		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>85,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>145,00</b>

\*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



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 715

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"29" ноября 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн. цен. ккал.	Выход	Цена руб
				гр	
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
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		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>67,00</b>
<b>Обед ОБЗ 5-11 кл.</b>					
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		
<b>Итого сумма обеда:</b>					<b>94,00</b>
<b>Итого сумма ОБЗ 5-11 кл:</b>					<b>161,00</b>

\*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 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