



Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1160

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"02" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	62-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св сахар)	22	100	20,00
2	233-17	Запеканка из творога со сгущенным молоком (творог,яйц,мол,манка,масло,сгущ мол.)	336	165	94,30
3	378-17	Чай с молоком (чай заварка сахар,молоко)	81	200	13,00
4	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	149	35	4,70
			588		
		Итого сумма завтрака:			132,00
Обед ОБЗ 1-4 кл.					
5	74-17	Икра овощная (свекл.морк.лук.том.масл)	42	60	17,00
6	102-17	Суп картофельный с горохом,с.зеленью (картоф.горох,морковь,лук реп,масло)	96	200/1	27,00
7	ТТК№5	Люля-кебаб по Ямальски с маслом (оленина,филе цып.бр.лук реп.масло)	267	90/5	86,10
8	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	155	150	21,00
9	647-96	*Напиток из брусники (брусника,сахар)	106	200	25,00
10	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	5,40
11	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан.дрожжи,масло,сахар)	57	25	3,50
			823		
		Итого сумма обеда:			185,00
		Итого сумма ОБЗ 1-4 кл:			317,00

Примечание:

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 60 мл на порцию

** Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16 Са-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

***Хлеб "Никитский": 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

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"02" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	62-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св сахар)	82	100	20,00
2	233-17	Запеканка из творога со сгущенным молоком (творог,яйц,мол,манка,масло,сгущ.мол.)	400	200	113,20
3	378-17	Чай с молоком (чай заварка сахар,молоко)	86	200	13,00
4	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	50	6,80
			680		
		Итого сумма завтрака:			153,00
Обед ОБЗ 5-11 кл.					
5	74-17	Икра овощная (свекл.морк.лук.том.масл)	61	100	21,00
6	102-17	Суп картофельный с горохом,с.зеленью (картоф.горох,морковь,лук реп,масло)	121	250/1	33,00
7	ТТК№5	Люля-кебаб по Ямальски с маслом (оленина,филе цып.бр.лук реп.масло)	282	100/5	100,20
8	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	190	180	25,00
9	647-96	*Напиток из брусники (брусника,сахар)	106	200	25,00
10	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112,5	45	5,90
11	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	80	35	4,90
			953		
		Итого сумма обеда:			215,00
		Итого сумма ОБЗ 5-11 кл:			368,00

Примечание:

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

** Батон нарезной: белки-2,3;;жиры-0,3;угл.-16:Ca-0,5;Mg-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***Хлеб" Никитский": 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