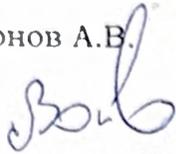


Директор МБОУ СОШ № 10
Войконов А.В.




АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2113

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"13" марта 2025 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен	Выход	Углеводы
			ккал.	гр	
Завтрак 1-4 кл.					
1	43-16	Салат из белокачанной капусты с кунжутом (капуста белокач.морковь,лук реп.масло)	38	60/1	3,80
2	395-17	Вареники с картофелем, маслом (картоф.мука яйцо.масло)	367	160/5	39,70
3	338-17	Яблоки свежие	50	105	10,00
4	54-34гн-22	Чай фруктовый с яблоками (чай черный,яблоки св.сахар)	60	200	15,00
5	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	73	30	14,40
			588		
					82,90
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	101-12	Икра кабачковая (кабачки,морковь,лук реп.масло)	102	60	13,60
7	82-17	Борщ с капустой и картофелем, с зеленью (свек,капус,картоф,морк,лук,том,пас,масло)	83	200/1	26,50
8	274-17	Зразы рубленые из говядины (говядина,хл.пш,лук.р.масло)	209	90	5,90
9	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная,масло)	205	150	25,10
10	338-17	Яблоки свежие	50	105	10,00
11	388-17	*Напиток из шиповника (шиповник,сахар)	49	200	10,30
12	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	73	30	14,40
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	51	22	10,80
			822		
					116,60

Примечание:

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

** Хлеб пшеничный :белки-2,3;жиры-0,3;угл.-16;Са-0,5;Md-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 с УИФ и ТД»
Войконов А.



АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2113

бесплатного питания обучающихся с 5 по 9 класс

"13" марта 2025 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен ккал.	Выход	Углеводы
				гр	
Завтрак 5-9 кл.					
1	43-16	Салат из белокачанной капусты с кунжутом (капуста белокач. морковь, лук реп. масло)	63	100/1	24,80
2	395-17	Вареники с картофелем, маслом (картоф. мука. яйцо. масло)	479	220/10	39,80
3	54-34гн-22	Чай фруктовый с яблоками (чай черный, яблоки св. сахар)	60	200	15,00
4	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	78	32	15,40
			680		
					95,00
Обед ОВЗ 5-9 кл.					
5	101-12	Икра кабачковая (кабачки, морковь, лук реп. масло)	170	100	22,00
6	82-17	Борщ с капустой и картофелем (свек, капуст, картофель, морк, лук, том, пас, масло)	96	250	26,80
7	274-17	Зразы рубленые из говядины (говядина, хл. пш, лук р. яйцо, масло)	228	100	15,90
8	303-17	Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная, масло)	246	180	25,10
9	338-17	Яблоко свежее	47	100	10,00
10	388-17	*Напиток из шиповника (шиповник, сахар)	49	200	10,30
11	р58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	61	25	12,00
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	55	23,7	11,80
			952		
					133,90

Примечание:

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

** Хлеб пшеничный : белки-2,3; жиры-0,3; угл. - 16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

***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.

Директор МБОУ СОШ №10 с/УИФ и ТД

Войконов А.В.

АО "Комбинат
ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ"
общественного питания
столовая №10

МЕНЮ № 2113

комплексное меню лечебно-диетического питания

"13" марта 2025г

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход гр	Углево-	Эн.
				ды	ценность
Завтрак 5-9 класс					
1	45-17	Салат из белокачанной капусты с кунжутом (капуста, морк, кунжут, масло)	101	24,8	63
2	203-12	Кулеш из говядины (крупа гречневая, говядина, лук реп, масло)	230	30	434
3	338-17	Яблоко свежее зеленое	100	10	50
4	54-34-22	Чай фруктовый с яблоками (без сахара) (чай черный, яблоки свежие)	200	15	60
5	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен, мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	32	14,4	73
Итого за завтрак:			663	94,2	680
Обед 5-9 класс					
6	91-97	Салат из красной фасоли (фасоль кр, лук реп, масло)	100	22	170
7	82-17	Борщ с капустой и картофелем, зеленью (картоф, капуста, морк, лук, свекл, том, пас, масло)	251	26,8	96
8	274-17	Зразы рубленые из говядины (говядина, лук р, яйцо, хл, пш, масло)	100	29	293
9	303-17	Каша перловая вязкая (крупа перловая, масло)	180	25,1	246
10	388-16	* Напиток из шиповника без сахара (шиповник)	200	10,3	49
11	338-17	Яблоко свежее зеленое	100	10	47
12	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен, мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	22	10,8	51
Итого за обед:			953	134	952
Итого за день			1616	228,2	1857,00

Примечание:

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

***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.