

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО «Комбинат  
Общественного питания»  
столовая №10

## МЕНЮ № 242

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"3" сентября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>				
71-17	Помидоры свежие(порционно)	30	60	8,47
ТТК	Биточки по-ноябрьски из оленины с маслом (оленина ,лук реп.батон,молоко,масло)	219	90/5	36,29
321-17	Сложный гарнир (капуста тушеная,карт.пюре) (картоф.молоко.масло.капуста,мор.лук)	191	150	10,07
376-17	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	60	200	1,66
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	95	37	1,51
		595		
	<b>Итого сумма :</b>			<b>58,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>				
67-17	Салат из свеклы с сыром и чесноком,зелень (свекла,сыр,чеснок,масло р.)	48	60/1	7,33
88-17	Щи из свежей капусты с картоф.зел. (капуста,картоф.морк.лук реп.масло)	81	200/2	6,39
268-17	Биточки из говядины (говядина,батон,лук,молоко,масло)	170	90	34,96
305-17	Рис припущенный (крупа рисовая,масло)	155	150	6,10
528-96	Соус красный основной (морк.лук.томат.паста,мука,сахар,мас.р.)	24	50	0,91
348-17	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов,сахар)	106	200	3,28
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	92	35	1,41
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	84	30	1,12
338-17	Яблоки свежие	60,0	185	18,50
		820,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>80,00</b>
	<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл.:</b>			<b>138,00</b>

Примечание:

\*Витаминация 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;Mg-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
Общественное питание"  
столовая №10

## МЕНЮ № 242

### бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"3" сентября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>				
71-17	Помидоры свежие(порционно)	50	100	14,12
ТТК	Биточки по-ноябрьски из оленины (оленина ,лук реп. батон,молоко,масло)	245	100	37,82
321-17	Сложный гарнир (капуста тушеная,карт. пюре) (картоф.молоко.масло.капуста,мор.лук)	219	190	12,72
376-17	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	60	200	1,66
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	111	42	1,68
		685		
	<b>Итого сумма :</b>			<b>68,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>				
50-07	Салат из свеклы с сыром и чесноком,зелень (свекла,сыр,чеснок,масло р.)	62,0	100/1	12,02
88-17	Щи из свежей капусты с картоф.зел. (капуста,картоф.морк.лук реп.масло)	109	250/2	7,83
368-17	Биточки из говядины (говядина,батон,лук,молоко,масло)	220	100	38,82
305-17	Рис припущенный (крупа рисовая,масло)	169	180	7,28
528-96	Соус красный основной (морк.лук.томат.паста,мука,сахар,мас.р.)	24	50	0,91
348-17	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов,сахар)	106	200	3,30
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	105	40	1,61
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	95	35	1,30
338-17	Яблоки свежие	60,0	169,3	16,93
		950,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>90,00</b>
	<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>158,00</b>

Примечание:

\*Витаминация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 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;Mд-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В