

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 269

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"13" октября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>				
71-17	Огурцы свежие (порционно)	22	60	8,21
229-17	Минтай тушеный в томате с овощами (минтай, лук, морковь, томат, масло)	157	120	18,29
312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	181	170	11,95
378-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	40	200	0,80
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	92	39	1,41
338-17	Конфеты Испанская ночь	95	30	3,40
338-17	Яблоки свежие	64	139,4	13,94
		651		
	<b>Итого сумма :</b>			<b>58,00</b>
<b>Обед ОБЗ 1-4 кл.</b>				
56-17	Салат овощной с яблоками (картоф. огурец, яблоко, гор. зел. масло)	55	60	6,67
88-17	Рассольник с зеленью (ог. конс, картоф. морковь, лук, реп., масло)	89	200/2	8,79
290-17	Филе цып. тушеное в соусе кр. основ. (филе цып. бр. томат, мор. лук, масло р)	120	120	28,42
303-17	Каша ячневая (крупа ячневая, масло сл)	210	150	3,49
647-96	Напиток клюквенный (клюква замор. сахар)	102	200	8,50
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	105,0	40	1,61
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин. минер. смесью*** (мука, дрожжи, масло, сахар)	95,0	35	1,30
338-17	Груши свежие	47,0	124,8	21,22
		823,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>80,00</b>
	<b>Итого сумма ОБЗ 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; 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 № 269

### бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"13" октября 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
		ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>				
71-17	Огурцы свежие (порционно)	33	100	12,64
229-17	Минтай тушеный в томате с овощами (минтай, лук, морковь, томат, масло)	205	150	23,10
312-17	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	169	180	12,64
378-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	40	200	0,80
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	105	45	1,81
338-17	Конфеты Испанская ночь	60	30	3,40
338-17	Яблоки свежие	69	136,1	13,61
		681		
	<b>Итого сумма :</b>			<b>68,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>				
56-17	Салат овощной с яблоками (картоф. огурец, яблоко, гор. зел. масло)	72	100	11,11
88-17	Рассольник с зеленью (ог. конс, картоф. морковь, лук, реп., масло)	124	250/2	10,83
290-17	Филе цып. тушеное в соусе кр. основ. (филе цып. бр. томат, мор. лук, масло р)	150	120	28,42
303-17	Каша ячневая (крупа ячневая, масло сл)	232	180	3,70
647-96	Напиток клюквенный (клюква замор, сахар)	102	200	8,52
ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	118	45	1,81
ТУ-2002	Хлеб "Никитский" с витамин. минер. смесью*** (мука, дрожжи, масло, сахар)	95,0	35	1,30
338-17	Груши свежие	60,0	143	24,31
		953,0		
	<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; Md-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.