

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1156

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"22" декабря 2021 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
Завтрак 5-11 кл.				
67-17	Винегрет овощной с зел. (карт.свекл.морк.ог.конс.лук.зел.гор.масло)	70	100/1	11,86
164-01	Котлеты обские из горбуши (горбуша,кап..лук.сыр.масло)	375	100	39,58
321-17	Сложный гарнир .(капуста тушеная,карт.пюре) (картоф.молоко.масло.капуста,мор.лук)	209	190	13,17
376-17	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	60	200	1,66
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	19	43	1,73
		733		
	Итого сумма :			68,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.				
134-94	Салат Зимний с зеленью (картоф.ог.конс.морк.лук.гор.зел.масло)	88	100/1	10,90
95-17	Рассольник домашний с зеленью (картофель,морковь,лук реп.огур.конс.кап..масло)	125	250/2	12,40
288-17	Цыпленок отварной	174	120	36,62
306-17	Пюре гороховое (горох.масло)	165	180	8,13
342-17	Компот из свежих груш (груши св.сахар.)*	112	200	8,45
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	90	105,9	10,59
		954,0		
	Итого сумма обеда:			90,00
	Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			158,00

Примечание:

*Витаминация 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