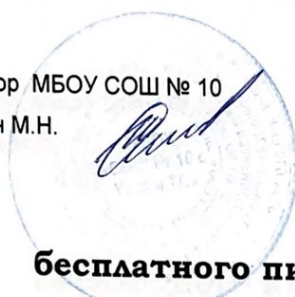


Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1163

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"12" января 2022 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
Завтрак 1-4 кл.				
413-03	Салат из кукурузы с яйцом, зеленью (кукуруза конс.лук реп.яйцо.масло)	76	60/1	11,31
284-01	Котлеты "Сурские" из минтая с маслом (минтай, лук реп.капуста.яйцо.сухари.масло)	246	90/5	19,65
321-17	Сложный гарнир с зел. (капуста тушеная, карт.пюре) (картоф.молоко.масло.капуста,мор.лук.том.пас.масло)	136	150/2	18,56
ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	1,70
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	82	36,3	1,78
		590		
	Итого сумма :			53,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.				
134-94	Салат Зимний с зеленью (картоф.ог.конс.морк.лук.гор.зел.масло)	67	60/1	8,57
94-17	Рассольник с зеленью (картофель,морковь,лук реп.огур.конс.масло)	168	200/1	11,24
288-17	Цыпленок отварной (цыпл.бр.лук реп.соль)	183	90	27,53
306-17	Пюре гороховое (горох.масло)	165	150	7,59
338-17	Яблоки свежие	80	100,7	11,08
342-17	Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)*	73	200	5,94
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	19	35	1,72
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	68	30	1,33
		823,0		
	Итого сумма обеда:			75,00
	Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			128,00

*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 № 1163

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"12" января 2022 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
Завтрак 5-11 кл.				
413-03	Салат из кукурузы с яйцом, зеленью (кукуруза конс.лук реп.яйцо.масло)	126	100/1	20,43
284-01	Котлеты "Сурские" из горбуши (горбуша,лук реп.капуста.яйцо.сухари.масло)	243	100	26,62
321-17	Сложный гарнир .(капуста тушеная,карт.пюре) (картоф.молоко.масло.капуста,мор.лук)	169	180	21,53
ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	1,70
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	92	35	1,72
		680		
Итого сумма :				72,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.				
134-94	Салат Зимний с зеленью (картоф.ог.конс.морк.лук.гор.зел.масло)	88	100/1	13,81
95-17	Рассольник с зеленью (картофель,морковь,лук реп.огур.кон.масло)	150	250/2	14,27
288-17	Цыпленок отварной (цып.бр.лук реп.соль)	202	120	36,71
306-17	Пюре гороховое (горох.масло)	192	180	8,45
342-17	Яблоки свежие	112	120,5	13,26
342-17	Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)*	22	200	5,96
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	95	45	2,21
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	90	30	1,33
		951,0		
Итого сумма обеда:				96,00
Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:				168,00

Примечание:

*Витаминизация 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