

Директор МБОУ СОШ №10

Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
Общественного питания
столовая №10

МЕНЮ № 1164

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"13" января 2022 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
Завтрак 1-4 кл.				
21-17	Салат из консервированных огурцов (огурцы конс.лук реп.масло)	35	60	12,55
291-17	Плов из ПТИЦЫ (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло)	429	250	26,59
338-17	Яблоки свежие	47	90,9	10,00
377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,44
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	16	29	1,42
		589		
	Итого сумма завтрака:			53,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.				
73-17	Икра кабачковая (кабачки.морк.лук.масло)	60	60	8,22
82-17	Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.)	108	200/2	10,36
324-96	Котлеты рубленые из минтая (минтай.батон.мол.масло)	145	90	15,95
310-17	Картофель отварной (картоф.масло)	145	150	17,01
338-17	Яблоки свежие	101	126	13,86
388-17	Компот из кураги (курага,сахар)*	115	200	6,55
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	75	35	1,72
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	68,0	30	1,33
		716,0		
	Итого сумма обеда:			75,00
	Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			128,00

Примечание:

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

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

***Хлеб" Никитский": 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

Шафран М.Н.

АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
"ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ"
столовая №10

МЕНЮ № 1164

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"13" января 2022 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
Завтрак 5-11 кл.				
21-17	Салат из консервированных огурцов (огурцы) конс.лук реп.масло)	59	100	20,92
291-17	Плов из ПТИЦЫ (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло)	449	280	36,49
338-17	Яблоки свежие	47	92,6	10,19
377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,44
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	65	40	1,96
		682		
	Итого сумма завтрака:			72,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.				
73-17	Икра кабачковая (кабачки.морк.лук.масло)	73	100	13,78
82-17	Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.)	114	250/2	12,84
324-96	Котлеты рубленые из минтая (минтай.батон.мол.масло)	231	100	17,87
310-17	Картофель отварной (картоф.масло)	182	180	19,84
338-17	Яблоки свежие	112	200,5	22,06
388-17	Компот из кураги (курага,сахар)*	106	200	6,56
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	75	35	1,72
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	68	30	1,33
		849,0		
	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;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***Хлеб" Никитский": 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.