

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
Общественного питания
столовая №10

МЕНЮ № 1169

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"20" января 2022 г.

| № сборника рецептур | Наименование блюд | эн.цен. ккал. | Выход | Цена |
|--------------------------|--|------------------|-------|---------------|
| | | | гр | руб |
| Завтрак 5-11 кл. | | | | |
| 101-04 | Икра кабачковая (кабачки, морк, лук, том. п. масло) | 70 | 100 | 13,78 |
| 260-17 | Гуляш из говядины (говядина, лук р., томат, мука, масло) | 288 | 110 | 50,37 |
| 303-17 | Каша ячневая вязкая (крупа ячневая, масло сл.) | 186 | 180 | 4,92 |
| 376-17 | Чай с сахаром (чай, сахар) | 29 | 200 | 0,84 |
| ГОСТ | Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар) | 108 | 43 | 2,09 |
| | | 681 | | |
| | Итого сумма : | | | 72,00 |
| Обед ОВЗ 5-11 кл. | | | | |
| 99-17 | Салат из белокач. капусты с кунжутом (капуста св. морк. кунжут. масло) | 60 | 100/2 | 10,42 |
| 102-17 | Суп картофельный с горохом, с зел. (картоф. морковь, лук реп. горох, масло) | 125 | 250/2 | 10,67 |
| 389-04 | Котлеты рубленые из горбуши (горбуша. батон. мол. масло) | 289 | 100 | 33,23 |
| 310-17 | Картофель отварной (картофель, масло) | 189 | 180 | 19,84 |
| 338-17 | Яблоки свежие | 47 | 112 | 12,34 |
| 388-17 | Компот из кураги (курага, сахар)* | 82 | 200 | 5,96 |
| ГОСТ | Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар) | 97 | 45 | 2,21 |
| ТУ-2002 | Хлеб "Никитский" с витамин. минер. смесью*** (мука, дрожжи, масло, сахар) | 68 | 30 | 1,33 |
| | | 957,0 | | |
| | Итого сумма обеда: | | | 96,00 |
| | Итого сумма ОВЗ 5-11 кл: | | | 168,00 |

Примечание:

*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

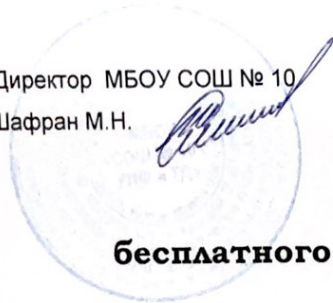
** Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

***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.

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
Общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1169

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"20" января 2022 г.

| № сборника рецептур | Наименование блюд | эн.цен. ккал. | Выход | Цена |
|-------------------------|---|------------------|--------|---------------|
| | | | гр | руб |
| Завтрак 1-4 кл. | | | | |
| 14-17 | Масло сл. (порционно) | 52 | 8 | 4,00 |
| 260-17 | Гуляш из говядины (говядина, лук р., томат, мука, масло) | 201 | 90 | 41,23 |
| 303-17 | Каша ячневая вязкая (крупя ячневая, масло сл.) | 210 | 180 | 4,92 |
| 376-17 | Чай с сахаром (чай, сахар) | 29 | 200 | 0,84 |
| ГОСТ | Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар) | 89 | 41 | 2,01 |
| | | 581 | | |
| | Итого сумма : | | | 53,00 |
| Обед ОВЗ 1-4 кл. | | | | |
| 99-17 | Салат из белокач. капусты с зеленью, кунжутом (капуста св. морк. кунжут. з. масло) | 42 | 60/2/1 | 6,81 |
| 102-17 | Суп картофельный с горохом, с зел. (картоф. морковь, лук реп. горох, масло) | 110 | 200/1 | 8,63 |
| 389-04 | Котлеты рубленые из минтая с маслом (минтай. батон. мол. масло) | 198 | 100/5 | 20,37 |
| 310-17 | Картофель отварной (картофель, масло) | 189 | 150 | 17,01 |
| 338-17 | Яблоки свежие | 47 | 117,7 | 12,95 |
| 388-17 | Компот из кураги (курага, сахар)* | 82 | 200 | 5,94 |
| ГОСТ | Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар) | 86 | 40 | 1,96 |
| ТУ-2002 | Хлеб "Никитский" с витамин. минер. смесью*** (мука, дрожжи, масло, сахар) | 68 | 30 | 1,33 |
| | | 822,0 | | |
| | Итого сумма обеда: | | | 75,00 |
| | Итого сумма ОВЗ 1-4 кл: | | | 128,00 |

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.