

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО «Комбинат
общественного питания»
столовая №10

МЕНЮ № 1570

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"16" февраля 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 ОБЗ 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 ОБЗ 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: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

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1570

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"16" февраля 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: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