

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2053

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"11" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	52-17	Салат из свеклы отварной (свекла, масло)	61	60	5,30
2	275-07	Зразы рубл. из говядины (говядина, батон, лук, реп, яйц. молоко, масло)	258	90	29,01
3	312-17	Пюре картофельное (картоф. молоко, масло)	195	150	16,93
4	376-17	Чай с сахаром (чай, сахар)	29	180	0,76
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	44	20,5	1,00
			587		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>53,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
6	75-17	Икра морковная (морковь, лук, р. томат, масло)	65	60	6,78
7	97-17	Суп из овощей с зеленью (картоф. морковь, лук, масло)	101	200/1	10,27
8	460-96	Биточки по-ноябрьски из оленины и говядины (оленина, говяд., лук, реп. батон, молоко, масло)	188	90	37,35
9	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	175	150	5,61
10	528-96	Соус красный основной (морк. лук. томат. паста, мука, сахар, мас. р.)	29	30	0,73
11	389-17	Сок фруктовый	112	200	11,00
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	86	40	1,96
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	68,0	29,5	1,30
			824,0		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>75,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>128,00</b>

Примечание:

\*витаминизация 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  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2053

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"11" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	24-17	Салат из свежих помидоров и огурцов (помид. св.ог. св.лук реп.масло.)	55	100	17,00
2	275-07	Зразы рубл.из говядины (говядина,батон,лук реп,яйц.молоко.масло)	331	100	32,08
3	312-17	Пюре картофельное (картоф.молоко.масло)	190	180	20,28
4	376-17	Чай с сахаром (чай,сахар)	29	200	0,84
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	75	37	1,80
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>72,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
6	75-17	Икра морковная с кунжутом.зеленью (морковь,лук.р.томат.кунжут.зел.масло)	99	100/2	11,90
7	99-17	Суп картофельный с зеленью (картоф.морковь,лук,масло)	130	250/2	14,85
8	460-96	Биточки по-ноябрьски из оленины и говядины (оленина,говяд ,лук реп.батон,молоко,масло)	266	110	45,68
9	309-17	Макаронные изделия отварные ( макаронные изделия,масло)	162	230	8,40
10	528-96	Соус красный основной (морк.лук.томат.паста,мука,сахар,мас.р.)	29	30	0,73
11	389-17	Сок фруктовый	112	200	11,00
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	86	43	2,11
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	68	30	1,33
			952		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>96,00</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>168,00</b>

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.