

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2055

**бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс**

"15" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	75-17	Икра морковная (морковь, лук, р. томат, масло)	36	60	6,78
2	255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья, сметана, лук реп. масло)	224	90	28,72
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	186	150	5,61
4	338-17	Яблоки свежие	47	87	9,58
5	376-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	29	200	0,84
6	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	65	30	1,47
			587		
		<b>Итого сумма завтрака :</b>			<b>53,00</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
7	54-17	Салат из свеклы с яблоками (свекла, яблоки, сах.)	41	60	6,32
8	102-17	Суп картофельный с фасолью зел. (картоф. фасоль, морковь, лук реп, масло)	109	200/1	10,75
9	260-17	Гуляш из говядины (говядина, лук, реп. томат, мука, масло)	231	90	41,23
10	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	189	150	10,31
11	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	105	200	3,35
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	74	34	1,66
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	70	31	1,38
			819		
		<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-0,4; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Никитский": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Md-2,3; Fe-0,2; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.

АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2055

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"15" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	71-17	Помидоры ,огурцы свежие порциями	60	100	18,36
2	255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья, сметана, лук реп.масло)	289	100	31,91
3	309-17	Макаронные изделия отварные ( макаронные изделия,масло)	180	180	6,59
4	338-17	Яблоки свежие	47	114,3	12,58
5	376-17	Чай с сахаром (чай заварка,сахар)	29	200	0,84
6	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	75	35	1,72
			680		
<b>Итого сумма завтрака :</b>					<b>72,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
7	24-17	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью (помид.св.ог.св.лук реп.масло.)	59	100/1	17,30
8	102-17	Суп картофельный с фасолью.зел. (картоф.фасоль,морковь,лук реп,масло)	131	250/1	13,38
9	260-17	Гуляш из говядины (говядина,лук реп.томат,мука,масло)	285	100	45,84
10	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло)	195	180	12,34
11	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	105	200	3,36
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	97	45	2,21
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	80	35,2	1,57
			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