

Директор МБОУ СОШ № 10

Шафран М.Н.БОУ

«СОШ № 10»

УИФ и ТД

АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2056

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"16" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Цена	
				Выход гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	413-03	Кукуруза консервированная (порционно)	76	60	12,00
2	284-01	Котлеты "Сурские "из минтая с маслом (минтай,лук реп.капуста.яйцо.сухари.масло)	207	90/5	19,65
3	321-17	Сложный гарнир (капуста тушеная,карт.пюре) (картоф.молоко.масло.капуста,мор.лук.том.пас.масло)	166	150	18,46
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	180	1,53
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	88	28	1,36
			587		
		Итого сумма завтрака:			53,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	134-94	Салат Зимний (картоф.ог.конс.морк.лук.гор.масло)	67	60	8,51
7	94-17	Рассольник с зеленью (картофель,морковь,лук реп.огур.конс.масло)	111	200/1	11,70
8	288-17	Цыпленок отварной (цыпл.бр.лук реп.соль)	183	90	27,53
9	306-17	Пюре гороховое (горох.масло)	165	150	7,59
10	338-17	Яблоки свежие	80	97	10,68
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св.сахар.)	73	200	5,94
12	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	75	35	1,72
13	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	68	30	1,33
			822,0		
		Итого сумма обеда:			75,00
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			128,00

*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
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2056

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"16" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	413-03	Кукуруза консервированная (порционно)	126	100	20,00
2	284-01	Котлеты "Сурские" из горбуши (минтай, лук реп. капуста, яйцо, сухари, масло)	256	100	26,62
3	321-17	Сложный гарнир (капуста тушеная, карт. пюре) (картоф. молоко, масло, капуста, мор. лук, том. пас. масло)	172	180	21,92
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай, сахар, шиповник)	50	200	1,70
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	36	1,76
			679		
		Итого сумма завтрака:			72,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	94-16	Салат "Мозаика" с зеленью (картоф. морк. зел. гор. яйцо, масло)	63	100/1	12,25
7	94-17	Рассольник с зеленью (картофель, морковь, лук реп. огур. конс. масло)	150	250/2	14,85
8	288-17	Цыпленок отварной (цыпл. бр. лук реп. соль)	248	120	36,71
9	306-17	Пюре гороховое (горох, масло)	192	180	8,45
10	338-17	Яблоки свежие	112	129,4	14,24
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св. сахар.)	22	200	5,96
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)	68	30	1,33
			952		
		Итого сумма обеда:			96,00
		Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			168,00

*Витаминация 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