

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2058

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"18" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	372-17	Яблоко печеное с сахаром (яблоко.св.сахар)	73	65/10	9,88
2	233-17	Запеканка из творога с соусом брусничным (творог,яйц,мол,манка,масло,брусника.крахмал.сах.)	402	145/50	39,55
3	377-17	Чай с лимоном (чай заварка.сахар,лимон)	62	200/7	2,44
4	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	50	23	1,13
			587		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>53,00</b>
<b>Обед ОБЗ 1-4 кл.</b>					
5	101-04	Зеленый горошек (порционно)	49	60	11,08
6	88-17	Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью (капуста,картоф.морк.лук реп.масло)	128	200/2	10,40
7	268-17	Шницель рубленый из говядины (говядина,батон,лук,молоко,масло)	228	90	39,03
8	528-96	Соус красный основной (морк.лук.томат.паста,мука,сахар,мас.р.)	24	30	0,73
9	305-17	Рис припущенный с томатом (крупа рис,томат,масло)	198	150	5,80
10	348-17	*Напиток из шиповника (шиповник,сахар)	84	200	4,95
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	77	36,3	1,78
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	34	28	1,23
			822		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>75,00</b>
		<b>Итого сумма ОБЗ 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: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 № 2058

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"18" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	372-17	Яблоко печеное с сахаром (яблоко.св.сахар)	82	100	14,20
2	233-17	Запеканка из творога с соусом брусничным (творог,яйц,мол,манка,масло,брусника.крахмал.сах.)	485	180/40	54,14
3	377-17	Чай с лимоном (чай заварка.сахар,лимон)	62	200/7	2,44
4	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	53	25	1,22
			682		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>72,00</b>
<b>Обед ОБЗ 5-11 кл.</b>					
5	101-04	Зеленый горошек (порционно)	54	100	18,46
6	88-17	Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью (капуста,картоф.морк.лук реп.масло)	136	250/2	12,84
7	268-17	Шницель рубленый из говядины (говядина,батон,лук,молоко,масло)	285	110	47,67
8	528-96	Соус красный основной (морк.лук.томат.паста,мука,сахар,мас.р.)	24	30	0,73
9	305-17	Рис припущенный с томатом (крупа рис,томат,масло)	205	200	7,70
10	348-17	*Напиток из шиповника (шиповник,сахар)	84	200	4,96
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	86	40	1,96
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	78	38	1,68
			952		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>96,00</b>
		<b>Итого сумма ОБЗ 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: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