

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
"КОМБИНАТ
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2062

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"31" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	14-17	Масло сливочное (порционно)	52	8	4,00
2	260-17	Гуляш из говядины (говядина, лук р., томат, мука, масло)	201	90	41,23
3	303-17	Каша ячневая вязкая (крупа ячневая, масло сл.)	210	180	4,92
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)	89	41	2,01
			581		
		Итого сумма завтрака:			53,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	24-17	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью (помид. св. ог. св. лук реп. масло.)	42	60/1	10,50
7	102-17	Суп картофельный с горохом, с зеленью (картоф. морковь, лук реп. горох, масло)	110	200/1	8,64
8	389-04	Котлеты рубленые из минтая (минтай. батон. мол. масло)	198	90	18,01
9	310-17	Картофель отварной (картофель, масло)	189	150	18,20
10	338-17	Яблоки свежие	47	89	9,81
11	388-17	*Компот из кураги (курага, сахар)	82	200	6,55
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	30	1,33
			822		
		Итого сумма обеда:			75,00
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			128,00

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
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2062

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"31" марта 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	101-04	Икра кабачковая (кабачки, морк, лук, том. п. масло)	70	100	13,78
2	260-17	Гуляш из говядины (говядина, лук р., томат, мука, масло)	288	110	50,37
3	303-17	Каша ячневая вязкая (крупа ячневая, масло сл)	186	180	4,92
4	376-17	Чай с сахаром (чай, сахар)	29	200	0,84
5	ГОСТ	Батон нарезной с витам. минер. смесью ** (мука, дрожжи, масло, сахар)	108	43	2,09
			681		
		Итого сумма завтрака:			72,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	24-17	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью (помид. св. ог. св. лук реп. масло.)	60	100/1	17,30
7	102-17	Суп картофельный с горохом, с зеленью (картоф. морковь, лук реп. горох, масло)	125	250/2	11,05
8	389-04	Котлеты рубленые из горбуши с маслом (горбуша. батон. мол. масло)	330	100/5	35,73
9	310-17	Картофель отварной (картофель, масло)	189	190	22,42
10	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки св. сахар.)	82	200	5,96
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	97	45	2,21
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	68	30	1,33
			951		
		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; 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.