

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая № 10

МЕНЮ № 2063

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"01" апреля 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
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		
		Итого сумма завтрака:			53,00
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
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		
		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 № 2063

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"01" апреля 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюда	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
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		
		Итого сумма завтрака:			72,00
Обед ОБЗ 5-11 кл.					
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		
		Итого сумма обеда:			96,00
		Итого сумма ОБЗ 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