



Директор МБОУ СОШ №10
Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 2543

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"19" мая 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	н.цен	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	71-17	Помидоры,огурцы свежие (порционно)	35	60	11,02
2	291-17	Плов из птицы (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло)	379	250	26,59
3	338-17	Яблоки свежие	47	104,3	11,48
4	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,44
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	65	30	1,47
			588		
		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.зел.)	42	60/1	10,50
7	82-17	Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.)	108	200/1	11,19
8	324-96	Котлеты рубленые из минтая (минтай.батон.мол.масло)	169	90	15,95
9	310-17	Картофель отварной (картоф.масло)	145	150	18,20
10	338-17	Яблоки свежие	101	86,9	9,56
11	388-17	*Компот из кураги (курага,сахар)	115	200	6,55
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)	68,0	30	1,33
			823,0		
		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;Mд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***Хлеб " Никитский": белки-1,9;жиры-0,5;угл.-13;Са-0,5;Mд-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 № 2543

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"19" мая 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	21-17	Салат из консервированных огурцов (огурцы конс.лук реп.масло)	58	100	20,92
2	291-17	Плов из птицы (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло)	425	280	36,49
3	338-17	Яблоки свежие	47	92,6	10,19
4	377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,44
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	86	40	1,96
			678		
		Итого сумма завтрака:			72,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	24-17	Салат из свежих помидоров с зеленью (помид.св.лук реп.масло.зел.)	73	100/1	16,00
7	82-17	Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.)	114	250/1	13,94
8	324-96	Котлеты рубленые из минтая (минтай.батон.мол.масло)	231	100	17,87
9	310-17	Картофель отварной (картоф.масло)	172	180	21,23
10	338-17	Яблоки свежие	112	157,7	17,35
11	388-17	*Компот из кураги (курага,сахар)	106	200	6,56
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
			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; Мд-5,7; Fe-0,4; P-19,5; ккал-79

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

Зав.производством

Нарыжная С.В.