

## МЕНЮ № 47

### комплексного питания учащихся с 7-11 лет

"07" Июня 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
<b>Завтрак</b>					
1	71-17	Огурцы свежие (порционно)	11	60	21,00
2	281-01	Котлеты "Сурские" из минтая (минтай, лук, капуста, яйцо, сухари, масло)	300	90	59,00
3	312-17	Пюре картофельное (картоф. молоко, масло)	105	150	38,00
4	377-17	Чай с лимоном (чай заварка, сахар, лимон)	56	200/7	12,00
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука пшен., дрожжи, масло, сахар)	70	30	6,00
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	46	20	4,00
			588		
<b>Итого сумма завтрака:</b>					<b>140,00</b>
<b>Обед</b>					
6	27-17	Салат из свеж. помид. со сл. перцем с зеленью (помид. св. перец сл., лук, зел. масло)	52	60/1	31,00
7	96-17	Рассольник ленинградский с зеленью (ог. конс. крупа перловая, картоф. морковь, лук, реп., масло)	91	200/2	35,00
8	281-17	Биточки паровые из говядины с соусом красным (говяд. батон, молоко, лук, морк. мука, том. п. масл)	146	120	89,00
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречн, масло)	182	150	25,00
10	338-17	Фрукты свежие (черешня)	56	100	50,00
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар)	138	200	22,00
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука пшен., дрожжи, масло, сахар)	100	40	8,00
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	58	25	5,00
			823		
<b>Итого сумма обеда:</b>					<b>265,00</b>
<b>Итого сумма</b>					<b>405,00</b>

Примечание:

\*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 60 мл на порцию

\*\* Хлеб пшеничный: белки-2,3;; жиры-0,3; угл. -16; Са-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб" Дарницкий": 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.

"Комбинат общественного  
питания"  
"КОМБИНАТ  
Общественного питания"  
Столовая №10

"Утверждаю"  
Зав. структур. подраздел. МБОУ СОШ №10  
Беженарь Е.С.

## МЕНЮ № 47

### комплексного питания учащихся 12 лет и старше

"07" Июня 2023 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	
<b>Завтрак</b>					
1	71-17	Огурцы свежие (порционно)	11	100	30,00
2	281-01	Котлеты "Сурские" из минтая (минтай, лук, капуста, яйцо, сухари, масло)	280	120	66,00
3	312-17	Пюре картофельное (картоф. молоко, масло)	128	180	48,00
4	377-17	Чай с лимоном (чай заварка, сахар, лимон)	56	200/7	12,00
5	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука пшен., дрожжи, масло, сахар)	113	50	10,00
6	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	92	40	8,00
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>174,00</b>
<b>Обед</b>					
6	27-17	Салат из свеж. помид. со сл. перцем с зеленью (помид. св. перец сл., лук зел. масло)	52	100/1	42,00
7	96-17	Рассольник ленинградский с зеленью (ог. конс. крупа перловая, картоф. морковь, лук реп., масло)	91	250/2	41,00
8	281-17	Биточки паровые из говядины с соусом красным (говяд. батон, молоко, лук, морк. мука, том. п. масл)	146	120	89,00
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречн. масло)	182	180	30,00
10	338-17	Фрукты свежие (черешня)	56	100	50,00
11	342-17	*Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар)	138	200	22,00
12	p58233-18	**Хлеб пшеничный с витаминно минеральной смесью (мука пшен., дрожжи, масло, сахар)	100	50	10,00
13	26983-15	***Хлеб "Дарницкий" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	58	35	7,00
			823		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>291,00</b>
		<b>Итого сумма</b>			<b>465,00</b>

Примечание:

\*Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

\*\* Хлеб пшеничный: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Mg-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб "Дарницкий": 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.