

Директор МБОУ СОШ № 10  
Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 245

### бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"09" сентября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн. цен ккал	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>					
1	62-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св сахар)	22	100	17,00
2	233-17	Запеканка из творога с йогуртом (творог,яйц,мол,манка,масло,йогурт.)	336	170	78,48
3	378-17	Чай с молоком (чай заварка сахар,молоко)	81	200	11,00
4	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	149	50	5,80
			588		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>112,28</b>
<b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b>					
5	24-17	Салат из сырых овощей с зеленью (кап.св морк огур помид св лук масло)	42	60/1	17,00
6	102-17	Суп картофельный с фасоль,с зеленью (картоф.фасоль,морковь,лук реп,масло)	96	200/1	18,00
7	ТТК№5	Люля-кебаб по Ямальски (оленина,филе цып бр.лук реп масло)	214	90	72,59
8	309-17	Макаронные изделия отварные ( макаронные изделия,масло)	173	150	18,00
9	528-96	Соус красный основной (морк лук,томат,паста,мука сахар,мас.р )	36	30	3,00
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	106	200	21,00
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	4,50
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	25	3,00
			824		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>157,09</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>			<b>269,37</b>

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 № 245

### бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"09" сентября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>					
1	62-17	Салат из моркови с сахаром (морковь св сахар)	43	100	17,00
2	233-17	Запеканка из творога с йогуртом (творог,яйц,мол,манка,масло,йогурт.)	444	200	96,63
3	378-17	Чай с молоком (чай заварка,сахар,молоко)	81	200	11,00
4	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112	50	5,80
			680		
		<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>130,43</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>					
5	24-17	Салат из сырых овощей с зеленью (кап.св.морк.огур.помид св.лук.масло)	61	100/1	21,00
6	102-17	Суп картофельный с фасоль,с.зеленью (картоф.фасоль,морковь,лук реп,масло)	122	250/1	22,00
7	ТТК№5	Люля-кебаб по Ямальски (оленина,филе цып.бр.лук реп.масло)	263	100	83,42
8	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия,масло)	184	180	21,00
9	528-96	Соус красный основной (морк.лук.томат.паста,мука.сахар,мас.р.)	24	50	5,00
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты,сахар)	106	200	21,00
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112,5	45	5,00
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	80	35	4,20
			953		
		<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>182,62</b>
		<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>313,05</b>

Примечание:

\*Витаминация 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