

Директор МБОУ СОШ № 10

Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10 ПИТАНИЯ

МЕНЮ № 275

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"21" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
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		
		Итого сумма завтрака:			112,28
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
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		
		Итого сумма обеда:			157,09
		Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:			269,37

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 СОЦ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 275

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"21" октября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
				гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
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		
		Итого сумма завтрака:			130,43
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
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		
		Итого сумма обеда:			182,62
		Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			313,05

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