

Директор МБОУ СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1147

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"15" ноября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	э.п.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	56-17	Салат овощной с яблоками, зеленью (свекла, капуста, белокочанная, яблоки, масло)	30	60/1	24,50
2	255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья, том.п. лук реп. масло)	180	90	58,08
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	179	150	18,00
4	376-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	29	200	8,00
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	75	35	3,70
			493		
		Итого сумма завтрака :			112,28
Обед ОВЗ 1-4 кл.					
6	29-17	Салат из белокочанной капусты с зеленью (кап. св. морк. лук реп. м.р.)	41	60/1	13,50
7	94-17	Суп картофельный с рыбой. зеленью (картоф. морковь. лук реп. рыба, масло)	81	200/20/1	36,01
8	260/17	Тефтели из говядины (говяд. батон. лук реп. том. паста. мука, масло)	246	90	56,08
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	189	150	23,00
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	105	200	21,00
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	74	40	4,50
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен. мука ржан. дрожжи, масло, сахар)	70	25	3,00
			806		
		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 СОШ № 10
Шафран М.Н.



АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10

МЕНЮ № 1147

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"15" ноября 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн. цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 5-11 кл.					
1	56-17	Салат овощной с яблоками, зеленью (свекла, капуста, белокочан, яблоки, масло)	71	100/1	36,00
2	255-17	Печень по-строгановски (печень говяжья, том.п., лук реп, масло)	247	100	76,60
3	309-17	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло)	190	180	25,00
4	376-17	Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	60	200	9,50
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	45	5,90
			680		
		Итого сумма завтрака :			153,00
Обед ОВЗ 5-11 кл.					
6	29-17	Салат из белокочанной капусты с зеленью (кап. св. морк. м.п.)	71	100/1	20,00
7	94-17	Суп картофельный с рыбой, зеленью (картоф, морковь, лук реп, рыба минтай, масло)	125	250/1	35,00
8	260/17	Тефтели из говядины (говяд, батон, лук, реп, том, паста, мука, масло)	289	100	95,20
9	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло)	149	180	31,00
10	349-17	*Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар)	126	200	23,00
11	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука, дрожжи, масло, яйцо, сахар)	112	45	5,90
12	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен, мука ржан, дрожжи, масло, сахар)	80	35	4,90
			952		
		Итого сумма обеда:			215,00
		Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			368,00

Примечание:

*Витаминация 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