

Директор МБОУ СОШ №10

Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ"  
общественного питания"

столовая №10

## МЕНЮ № 1162

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"06" декабря 2022 г.

| № п/п                   | № сборника рецептур | Наименование блюд  | эн.цен.<br>ккал. | Выход | Цена          |
|-------------------------|---------------------|--|------------------|-------|---------------|
|                         |                     |  |                  | гр    | руб           |
| <b>Завтрак 1-4 кл.</b>  |                     |  |                  |       |               |
| 1                       | 413-03              | Салат из кукурузы с луком и яйцом ,зеленью<br>(кукур.конс.яйцо.лук реп.масло.)                 | 42               | 60/1  | 24,00         |
| 2                       | 294-17              | Котлеты рубленые из птицы<br>(цыпл.бройлер.батон.молок..масло)                                 | 181              | 90    | 66,30         |
| 3                       | 302-17              | Каша гречневая рассыпчатая<br>(крупа гречневая,масло)  | 180              | 150   | 21,00         |
| 4                       | 528-96              | Соус красный основной<br>(лук реп.морковь.томат.пас.мука.масло)                                | 36               | 30    | 2,00          |
|                         | 377-17              | Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)  | 62               | 200/7 | 14,00         |
|                         | ГОСТ                | **Батон нарезной с витаминно минеральной<br>смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)              | 87               | 35    | 4,70          |
|                         |                     | <b>Итого сумма завтрака:</b>   | <b>588</b>       |       | <b>132,00</b> |
| <b>Обед ОВЗ 1-4 кл.</b> |                     |  |                  |       |               |
| 5                       | 101-04              | Икра кабачковая (кабачки,мор.лук,масло р.)   | 38,5             | 60    | 18,00         |
| 6                       | 111-04              | Борщ сибирский с зеленью<br>(свекл.кап.карт.фас.мор.лук.том.п.масл.)                           | 137              | 200/1 | 29,00         |
| 7                       | 256-17              | Говядина тушеная<br>(говядина,лук,реп.морковь.томат.масло)                                     | 251              | 90    | 85,10         |
| 8                       | 309-17              | Макаронные изделия отварные<br>(макаронные изделия,масло сл.)                                  | 155              | 150   | 21,00         |
| 9                       | 388-17              | *Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар)  | 84               | 200   | 23,00         |
| 10                      | ГОСТ                | **Батон нарезной с витаминно минеральной<br>смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)              | 100              | 40    | 5,40          |
| 11                      | ТУ-04               | ***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной<br>смесью (мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар) | 57               | 25    | 3,50          |
|                         |                     |  | 822,5            |       |               |
|                         |                     | <b>Итого сумма обеда:</b>  |                  |       | <b>185,00</b> |
|                         |                     | <b>Итого сумма ОВЗ 1-4 кл:</b>   |                  |       | <b>317,00</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;Мд-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

\*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9;жиры-0,5;угл.-13;Са-0,5;Мд-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 № 1162

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"06" декабря 2022 г.

| № п/п                    | № сборника рецептур | Наименование блюд   | эн.цен.<br>ккал. | Выход | Цена          |
|--------------------------|---------------------|---|------------------|-------|---------------|
|                          |                     |   |                  | гр    | руб           |
| <b>Завтрак 5-11 кл.</b>  |                     |   |                  |       |               |
| 1                        | 413-03              | Салат из кукурузы с луком и яйцом ,зеленью<br>(кукур. конс. яйцо.лук реп.масло.)            | 56               | 100/1 | 26,00         |
| 2                        | 294-17              | Котлеты рубленые из птицы<br>(цыпл.бройлер.батон.молок..масло)                              | 265              | 100   | 75,10         |
| 3                        | 302-17              | Каша гречневая рассыпчатая<br>(крупа гречневая,масло)                                       | 149              | 180   | 30,00         |
| 4                        | 528-96              | Соус красный основной<br>(лук реп.морковь.томат пас.мука.масло)                             | 36               | 30    | 2,00          |
|                          | 377-17              | Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)   | 62               | 200/7 | 14,00         |
|                          | ГОСТ                | **Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)              | 112              | 45    | 5,90          |
|                          |                     | <b>Итого сумма завтрака:</b>  | <b>680</b>       |       | <b>153,00</b> |
| <b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b> |                     |   |                  |       |               |
| 5                        | 101-04              | Икра кабачковая (кабачки,мор.лук,масло р.)  | 81,2             | 100   | 26,00         |
| 6                        | 111-04              | Борщ сибирский с зеленью<br>(свекл.кап.карт.фас.мор.лук.том.п.масл.)                        | 182              | 250/1 | 35,00         |
| 7                        | 256-17              | Говядина тушеная<br>(говядина,лук реп.морковь.томат.масло)                                  | 257              | 100   | 93,20         |
| 8                        | 309-17              | Макаронные изделия отварные<br>(макаронные изделия,масло сл.)                               | 155              | 180   | 27,00         |
| 9                        | 388-17              | *Напиток из плодов шиповника (шиповн.сахар)   | 84               | 200   | 23,00         |
| 10                       | ГОСТ                | **Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)              | 113              | 45    | 5,90          |
| 11                       | ТУ-04               | ***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью (мука пшен.мука ржан.дрожжи,масло,сахар) | 80               | 35    | 4,90          |
|                          |                     |   | 951,5            |       |               |
|                          |                     | <b>Итого сумма обеда:</b>   |                  |       | <b>215,00</b> |
|                          |                     | <b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>   |                  |       | <b>368,00</b> |

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-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.