



Директор МБОУ СОШ № 10

Шафран М.Н.

АО "Комбинат
общественного питания"
столовая №10 ПИТАНИЯ

МЕНЮ № 1175

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"23" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен.	Выход	Цена
			ккал.	гр	руб
Завтрак 1-4 кл.					
1	75-17	Икра овощная (свекл.морк.лук.том.масл)	111	60	17,00
2	ТТК-6	Медальоны "Северный колорит" (оленина,капус.лук.яйцо.батон.сыр.масло)	282,5	90	69,30
3	310-17	Картофель отварной (картоф,масло сл.)	57	150	27,00
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	14,00
5	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	87	35	4,70
			587,5		
		Итого сумма завтрака:			132,00
Обед ОБЗ 1-4 кл.					
7	21-17	Салат из консервированных огурцов с луком репчатым,зеленью (огур.конс.лук.масло)	48	60/1	26,00
8	82-17	Щи из капусты картофелем,с зеленью (капуста,картоф.морк.лук.реп..том.п.масло)	109,5	200/1	28,00
9	288-17	Птица отварная (цыпленок бройлер)	186,5	100	74,10
10	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло)	180	150	21,00
11	528-96	Соус красный основной (морк.лук.реп.том.пас.мука.масло)	36	30	2,00
12	647-96	*Напиток из брусники (брусника,сахар)	106	200	25,00
13	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	100	40	5,40
14	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	57	25	3,50
			823		
		Итого сумма обеда:			185,00
		Итого сумма ОБЗ 1-4 кл:			317,00

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 № 1175

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"23" декабря 2022 г.

№ п/п	№ сборника рецептур	Наименование блюд	Эн.цен.	Выход	Цена руб
			ккал.	гр	
Завтрак 5-11 кл.					
1	75-17	Икра овощная (свекл.морк.лук.том.масл)	185	100	21,00
2	ТТК-6	Медальоны "Северный колорит" (оленина,капус.лук.яйцо.батон.сыр,масло)	263	100	77,10
3	310-17	Картофель отварной (картоф,масло сл.)	70	180	35,00
4	ТТК-39	Чай из шиповника (чай,сахар,шиповник)	50	200	14,00
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.					
7	21-17	Салат из консервированных огурцов с луком репчатым,зеленью (огур.конс.лук.масло)	62	100/1	34,00
8	82-17	Щи из капусты картофелем,с зеленью (капуста,картоф.морк.лук.реп..том.п.масло)	104	250/1	29,00
9	288-17	Птица отварная (цыпленок бройлер)	268	110	84,20
10	302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,масло)	220	180	30,00
11	528-96	Соус красный основной (морк.лук.реп.том.пас.мука.масло)	36	30	2,00
12	647-96	*Напиток из брусники (брусника,сахар)	106	200	25,00
13	ГОСТ	**Батон нарезной с витаминно минеральной смесью (мука,дрожжи,масло,яйцо,сахар)	112,5	45	5,90
14	ТУ-04	***Хлеб "Никитский" с витаминно минеральной смесью ((мука пшен.мука ржан,дрожжи,масло,сахар)	80	35	4,90
			988		
		Итого сумма обеда:			215,00
		Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:			368,00

Примечание:

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

** Батон нарезной: белки-2,3;;жиры-0,3;угл.-16:Ca-0,5;Mg-5,7;Fe-04;P-19,5;ккал-79

***Хлеб" Никитский": белки-1,9;жиры-0,5;;угл,-13;Ca-0,5;Md-2,3;Fe-02;P-13,5;ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.