

МЕНЮ № 26**комплексного питания учащихся 7-10 лет**

07 ИЮНЯ 2021 г.

№ сборник рецептур	Наименование блюд	Выход	Цена	Калор. порций. ккал.
Завтрак				
3-17	Бутерброт с сыром (батон,масло слив,сыр)	15/5/30	26,50	167,00
173-17	Каша пшенная молочная с маслом слив(крупа пшенная,молоко,м/с)	200/10	34,00	270,00
379-17	Кофейный напиток с молоком(коф.нап.б/р,молоко)	200	19,00	110,00
338-17	Киви свежее	100	21,00	52,00
	Итого сумма завтрака:		100,50	
Обед ОБЗ :				
24-07	Салат из свежих помидоров и огурцов с зел(помидоры,огурцы,лук реп,м/р)	100/1	22,80	52,00
82-17	Борщ с капустой и картоф и зел(картоф,мор,лук реп,свекла,капуста,том паста,м/р)	200/2	35,70	90,00
260-17	Гуляш из отврной говядины(мясо говядины,лук реп,мор,мука пшен,томат паста,м/р)	100	105,50	228,00
310-17	Картофель отварной(катофель свеж,м/с)	150	35,00	108,00
389-17	Сок фруктовый	200	15,00	166,00
406-17	Пирожки печеные с яблоками(мука пшен,яйцо,м/с,молоко,яблоки,сахар)	60	17,30	90,00
Ту-04	***Хлеб Никитский с вит-мин смесью	30	2,50	84,00
			233,80	
			334,30	

Примечание:

* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой 60 мл на 1 порцию;

** Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-04; Р-19,5; ккал.- 79;

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

Зав. производством:

Е.Н.Сахарова

Зав.структурным подразделением:

Ю.Л.Воронина

Приложение № 2

Директор МБОУ СОШ № 3
Т.Н.Соколовская

АО "Комбинат

общественного питания"
столовая №3

МЕНЮ № 26

комплексного питания учащихся 11-16 лет

07 ИЮНЯ 2021 г.

№ сборник-рецептур	Наименование блюд	Выход	Цена	Калор. порций.ккал
Завтрак				
3-17	Бутерброт с сыром (батон,масло	15/5/30	26,50	167,00
173-17	Каша пшенная молочная с маслом слив(крупя пшенная,молоко,м/с)	200/10	34,00	270,00
379-17	Кофейный напиток с молоком(коф.нап.б/р,молоко)	200	19,00	110,00
338-17	Киви свежее	100	21,00	52,00
	Итого сумма завтрака:		100,50	
Обед ОБЗ :				
24-07	Салат из свежих помидоров и огурцов с зел(помидоры,огурцы,лук реп,м/р)	100/1	22,80	52,00
82-17	Борщ с капустой и картоф и зел(картоф,мор,лук реп,свекла,капуста,том паста,м/р)	250/2	39,60	110,00
260-17	Гуляш из отварной говядины(мясо говядины,лук реп,мор,мука пшен,томат	120	131,90	322,00
310-17	Картофель отварной(картофель свеж,м/с)	180	42,00	120,00
389-17	Сок фруктовый	200	15,00	166,00
406-17	Пирожки печеные с яблоками(мука	60	17,30	90,00
Ту-04	***Хлеб Никитский с вит-мин смесью	30	2,50	84,00
			271,10	
			371,60	

Примечание:

* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой 70 мл на 1 порцию;

** Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-04; Р-19,5; ккал.- 79;

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

Зав. производством:

Е.Н.Сахарова

Зав.структурным подразделением:

Ю.Л.Воронина