



Директор МБОУ СОШ № 12

Л.А.Истомина

 АО "Комбинат
 общественного питания"
 столовая № 12

МЕНЮ № 126

комплексного питания учащихся 7-11 лет

20 Июня 2024г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход	Цена	Калор. порций.ккал.
Завтрак				
71-17	Ассорти овощное (порционно)	60	24,00	35
278-17	Тефтели из говядины паровые с соусом красным основным (мясо гов,лук реп,батон,морковь,томат паста,м/р)	120	90,00	240
302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,м/с)	150	29,00	81
382-17	Какао с молоком(какао порошок,молоко,сахар)	200	27,00	116
p58233-18	**Хлеб Пшеничный с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	30	6,60	70
26983-15	**Хлеб Дарницкий с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	20	4,40	46
Итого сумма завтрака:		580	181,00	588
Обед :				
101-16	Салат Розовый с зеленью (капуста,зелень,масло)	60/1	23,00	65
151-16	Уха Ростовская с зеленью (картоф,мор,лук реп,минтай,м/с)	200/2	38,00	96
277-16	Говядина в кисло-сладком соусе (мясо гов.,лук реп.,томат.паста.,м/р.)	90	112,70	150
351-16	Картофель по-деревенски	150	41,00	132
468-16	Компот из вишни(вишня,сахар)	200	25,00	166
338-17	Фрукты свежие порционно	100	35,00	56
p58233-18	**Хлеб Пшеничный с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	40	8,80	100
26983-15	**Хлеб Дарницкий с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	25	5,50	58
Итого сумма обеда:		878	289,00	823
Итого сумма за день:		1458	470,00	1411

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; 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:

Т.А.Момизерова

Зав.структурным подразделением:

М.Н.Глухова

Директор МБОУ СОШ № 12

Л.А.Истомина

**МЕНЮ № 126****комплексного питания учащихся 12-16 лет****20 Июня 2024г.**

№ сборника рецептур	Наименование блюд	Выход	Цена	Калор. порций.ккал.
Завтрак				
71-17	Ассорти овощное (порционно)	100	35,00	58
278-17	Тефтели из говядины паровые с соусом красным основным (мясо гов.,лук реп.,батон,морковь,томат паста,м/р)	120	90,00	241
302-17	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,м/с)	180	35,00	83
382-17	Какао с молоком(какао порошок,молоко,сахар)	200	27,00	116
p58233-18	**Хлеб Пшеничный с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	45	9,90	113
26983-15	**Хлеб Дарницкий с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	30	6,60	69
Итого сумма завтрака:		675	203,50	680
Обед :				
101-16	Салат Розовый с зеленью (капуста,зелень,масло)	100/1	32,00	75
151-16	Уха Ростовская с зеленью (картоф,мор,лук реп,минтай,м/с)	250/2	43,00	137
277-16	Говядина в кисло-сладком соусе (мясо гов.,лук реп.,томат.паста.,м/р.)	100	133,70	180
351-16	Картофель по-деревенски	180	48,00	135
54-6-22	Компот из вишни(вишня,сахар)	200	25,00	166
338-17	фрукты свежиепорционно	100	35,00	42
p58233-18	**Хлеб Пшеничный с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	50	11,00	125
26983-15	**Хлеб Дарницкий с витаминно-минеральной смесью (мука,дрожжи,сахар,масло)	40	8,80	95
Итого сумма обеда:		1023	336,50	955
Итого сумма за день:		1698	540,00	1635

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; 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:

Т.А.Момизерова

Зав.структурным подразделением:

М.Н.Глухова