



**Акционерное общество «Комбинат школьного питания»**

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут  
Акционерное общество  
«Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

010 (СОШ № 10)

МБОУ

Материально-ответственное лицо

Чалышева А. Г.

Дата

05.02.2025

**МЕНЮ**

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>							
Завтрак	Рис с куркумой	250	5,89	5,55	61,07	31,85	ТТК 582
Завтрак	Огурец свежий	33	0,26	0,03	1,13	5,15	ТТК 675/1
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>508</b>	<b>7,89</b>	<b>5,84</b>	<b>78,78</b>	<b>105,3</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>55,00</b>
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>							
Завтрак	Сыр порционно	35	5,06	7,56		73,34	ТТК 1034
Завтрак	Биточки "Чикен топ"	100	9,3	8,49	17,89	213,97	ТТК 538/1
Завтрак	Рис припущенный	200	2,74	5,4	42,61	182,56	ТТК 582
Завтрак	Фруктовая лента	35	0,52	7,47	126	497,78	
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>		<b>620</b>	<b>21,03</b>	<b>29,43</b>	<b>214,11</b>	<b>1 089,95</b>	
Обед	Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,6	11,17	91,32	ТТК 914/1
Обед	Говядина отварная для I блюд	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Обед	Тефтели рыбные с соусом ПФ	100	0,09	5,38	0,88	52,31	ТТК 1376/1
Обед	Капуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 903
Обед	Компот из свежих груш (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-50
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>966</b>	<b>20,29</b>	<b>25,53</b>	<b>100,27</b>	<b>673,33</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>430,00</b>
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>							
Обед	Рассольник Ленинградский ПФ	250	1,32	6,21	7,17	92,46	ТТК 638/1
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910
Обед	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Обед	Тефтели рыбные с соусом ПФ	100	0,09	5,38	0,88	52,31	ТТК 1376/1
Обед	Капуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 903
Обед	Компот из свежих груш (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-50
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>967</b>	<b>20,32</b>	<b>27,15</b>	<b>96,36</b>	<b>674,92</b>	

Директор ОУ  
Заведующий  
Медицинский работник

Озерова Е.  
Чалышева А. Г.  
Обухова Л. И.



Полдник	Сыр порционно	35	5,06	7,56		73,34	ТТК 1034	
Полдник	Биточки "Чикен топ"	100	9,3	8,49	17,89	213,97	ТТК 538/1	
Полдник	Рис припущенный	200	2,74	5,4	42,61	182,56	ТТК 582	
Полдник	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628	
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
Полдник	Фруктовая лента	35	0,52	7,47	126	497,78		
<b>Итого:</b>		<b>620</b>	<b>21,03</b>	<b>29,43</b>	<b>214,11</b>	<b>1 089,95</b>		
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>430,00</b>	
<b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>								
Завтрак	Кукуруза	60	0,34	0,24	5,94	42	ТТК 672	
Завтрак	Сыр порционно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034	
Завтрак	Печень тушенная в томатном соусе	100	3,85	2,5	9	82,13	ТТК 895	
Завтрак	Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 907	
Завтрак	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657	
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618	
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	
<b>Итого:</b>		<b>750</b>	<b>13,23</b>	<b>19,59</b>	<b>87,74</b>	<b>578,56</b>		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642/1	
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671	
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910	
Обед	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664	
Обед	Котлеты Белорусские*	100	246,88	251,63	24,38	3 349,63	ТТК 1396	
Обед	Пюре гороховое	200	10,3	7,9	34,23	280,32	ТТК 1418	
Обед	Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031	
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
Обед	Фруктовая лента	15	0,22	3,2	54	213,33		
<b>Итого:</b>		<b>877</b>	<b>272,08</b>	<b>278,49</b>	<b>177,87</b>	<b>4 250,33</b>		
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>430,00</b>	
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>								
Завтрак	Сыр порционно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034	
Завтрак	Биточки "Чикен топ"	100	9,3	8,49	17,89	213,97	ТТК 538/1	
Завтрак	Рис припущенный	185	2,54	5	39,42	168,86	ТТК 582	
Завтрак	Фруктовая лента	35	0,52	7,47	126	497,78		
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628	
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
<b>Итого:</b>		<b>590</b>	<b>18,65</b>	<b>25,78</b>	<b>210,92</b>	<b>1 044,82</b>		
<b>Обед (7 -11 лет)</b>								
Обед	Сыр порционно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034	
Обед	Рассольник Ленинградский ПФ	250	1,32	6,21	7,17	92,46	ТТК 638/1	
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671	
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910	
Обед	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664	
Обед	Тефтели рыбные с соусом ПФ	100	0,09	5,38	0,88	52,31	ТТК 1376/1	
Обед	Капуста тушенная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 903	
Обед	Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1	
Обед	Компот из свежих груш (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-50	
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
Обед	Фруктовая лента							
<b>Итого:</b>		<b>936</b>	<b>22,82</b>	<b>31,33</b>	<b>88,92</b>	<b>684,74</b>		
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>258,00</b>	

Директор ОУ  
Заведующий  
Медицинский работник



Озерова Е.  
Чалышева А. Г.  
Обухова Л. И.

**Завтрак (12 лет и старше)**

Завтрак	Биточки "Чикен топ"	100	9,3	8,49	17,89	213,97	ТТК 538/1	
Завтрак	Рис припущенный	190	2,61	5,13	40,48	173,43	ТТК 582	
Завтрак	Огурец свежий	25	0,2	0,02	0,86	3,9	ТТК 675/1	
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628	
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
<b>Итого:</b>		<b>565</b>	<b>15,51</b>	<b>14,16</b>	<b>86,84</b>	<b>513,6</b>		
<b>Стоимость дня, руб:</b>							<b>146,00</b>	

**ГПД (7 -11 Лет) Обед**

Обед	Рассольник Ленинградский ПФ	250	1,32	6,21	7,17	92,46	ТТК 638/1	
Обед	Тефтели рыбные с соусом ПФ	100	0,09	5,38	0,88	52,31	ТТК 1376/1	
Обед	Капуста тушеная	190	7,81	8,14	41,32	234,73	ТТК 903	
Обед	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 613	
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
<b>Итого:</b>		<b>790</b>	<b>12,6</b>	<b>20,23</b>	<b>81,49</b>	<b>516</b>		
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>121,00</b>	

**ГПД полдник**

Полдник	Сыр порционно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034	
Полдник	Компот из свежих груш (вит.50)	180	0,07	0,06	10,07	39,06	ТТК 1237-50	
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
<b>Итого:</b>		<b>225</b>	<b>4,68</b>	<b>4,63</b>	<b>22,08</b>	<b>138,97</b>		
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>35,00</b>	

Директор ОУ  
Заведующий  
Медицинский работник

3 - 2



Озерова Е.  
Галышева А. Г.  
Обухова Л. И.