



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

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

Структурное подразделение

010 (СОШ № 10)

МБОУ

МБОУ СОШ № 10

Материально-ответственное лицо

Чалышева А. Г.

Дата

05.02.2025

МЕНЮ

| Наименование блюд | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | |
|---|--|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-----------------|-------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | | |
| Бесплатное питание (12 лет и старше) | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | | 508 | 7,89 | 5,84 | 78,78 | 105,3 | |
| Стоимость питания, руб.: | | | | | | 55,00 | |
| Льготное питание (7-11 лет) | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | | 620 | 21,03 | 29,43 | 214,11 | 1 089,95 | |
| Стоимость питания, руб.: | | | | | | 430,00 | |
| Льготное питание (7-11 лет) | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | | 966 | 20,29 | 25,53 | 100,27 | 673,33 | |
| Стоимость питания, руб.: | | | | | | 430,00 | |
| Льготное питание (7-11 лет) | | | | | | | |
| 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 |
| Итого: | | 967 | 20,32 | 27,13 | 96,36 | 674,92 | |

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 столничный 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 | |
| Итого: | | 620 | 21,03 | 29,43 | 214,11 | 1 089,95 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | | 430,00 |
| Льготное питание (12 лет и старше) | | | | | | | |
| 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 столничный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТК 609 |
| Итого: | | 750 | 13,23 | 19,59 | 87,74 | 578,56 | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) Пс | 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 I 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 столничный 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 | |
| Итого: | | 877 | 272,08 | 278,49 | 177,87 | 4 250,33 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | | 480,00 |
| Завтрак (7 - 11 лет) | | | | | | | |
| 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 столничный 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 |
| Итого: | | 590 | 18,65 | 25,78 | 210,92 | 1 044,82 | |
| Обед (7 -11 лет) | | | | | | | |
| 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 I 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 столничный 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 | | | | | | |
| Итого: | | 936 | 22,82 | 31,33 | 88,92 | 684,74 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | | 258,00 |

Директор ОУ
Заведующий
Медицинский работник

2 - 2



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 | |
| Итого: | | 565 | 15,51 | 14,16 | 86,84 | 513,6 | | |
| | | Стоимость питания, руб: | | | | | 146,00 | |
| 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 | |
| Итого: | | 790 | 12,6 | 20,23 | 81,49 | 516 | | |
| | | Стоимость питания, руб: | | | | | 121,00 | |
| ГПД полдник | | | | | | | | |
| Полдник | Сыр порционнно | 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 | |
| Итого: | | 225 | 4,68 | 4,63 | 22,08 | 138,97 | | |
| | | Стоимость питания, руб: | | | | | 85,00 | |



Директор ОУ
Заведующий
Медицинский работник



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

