



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

000196

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

06.02.2025

МЕНЮ

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Бесплатное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	210	4,61	2,71	16,2	109,31	ТТК 506
Завтрак	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,85	ТТК 657
Завтрак	Кофейный напиток	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 611
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		443	7,45	9,61	36,36	270,31	
Стоимость питания, руб:							55,00

Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,39	2,58	15,43	104,1	ТТК 506
Завтрак	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Завтрак	Творожник с кокосом	100	6,2	4,5	9,8	96,3	ТТК 514
Завтрак	Молоко сгущенное	30	2,54	2,53	15,96	95,22	ТТК 662
Завтрак	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
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
Завтрак	Яблоко	120	0,48	0,01	13,86	27,83	ТТК 669
Итого:		710	18,14	18,22	86,26	551,67	

Обед	Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2,01	0,3	8,91	43,29	ТТК 674/1
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)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 910
Обед	Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,52	ТТК 664
Обед	Митболы с сыром	100	7,39	10,81	12,97	161,04	ТТК 544/1
Обед	Горошница	180	4,35	3,09	29,91	189,36	ТТК 570
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
Итого:		916	26,12	27,01	116,41	762,15	
Стоимость питания, руб:							430,00

Льготное питание (7 -11 лет)							
Обед	Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2,01	0,3	8,91	43,29	ТТК 674/1
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)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 910
Обед	Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,52	ТТК 664
Обед	Митболы с сыром	100	7,39	10,81	12,97	161,04	ТТК 544/1
Обед	Горошница	180	4,35	3,09	29,91	189,36	ТТК 570
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
Итого:		916	26,12	27,01	116,41	762,15	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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



Полдник	Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,39	2,58	15,43	104,1	ТТК 506
Полдник	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Полдник	Творожник с кокосом	100	6,2	4,5	9,8	96,3	ТТК 514
Полдник	Молоко сгущенное	30	2,54	2,53	15,96	95,22	ТТК 662
Полдник	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
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	Яблоко	120	0,48	0,01	13,86	27,83	ТТК 669
Итого:		710	18,14	18,22	86,26	551,67	
Стоимость питания, руб:							430,00
Льготное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1
Завтрак	Каша гречневая с филе индейки	300	9,07	5,08	23	293,88	ТТК 892
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
Завтрак	Яблоко	110	0,44	0,01	12,71	25,51	ТТК 669
Итого:		720	13,39	5,66	65,38	451,06	
Стоимость питания, руб:							430,00
Обед							
Обед	Помидор свежий дольками	30	0,32	0,06	1,53	7,62	ТТК 676/1
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем ПФ	250	0,34	4,42	1,24	46,07	ТТК 637/1
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 910
Обед	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664
Обед	Сосиски отварные	100	9,21	12,54		186	ТТК 518
Обед	Картофель, запеченный из отварного	180	3,76	5,45	36,83	197,8	ТТК 904
Обед	Морс ягодный	200			24,08	91,36	ТТК 971
Обед	Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		866	22,14	29,22	92,26	738,6	
Стоимость питания, руб:							430,00
Завтрак (7 - 11 лет)							
Завтрак	Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,39	2,58	15,43	104,1	ТТК 506
Завтрак	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Завтрак	Творожник с кокосом	100	6,2	4,5	9,8	96,3	ТТК 514
Завтрак	Молоко сгущенное	25	2,12	2,11	13,3	79,35	ТТК 662
Завтрак	Какао с молоком	190	1,01	0,81	7,64	47,65	ТТК 610
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
Завтрак	Яблоко	120	0,48	0,01	13,86	27,83	ТТК 669
Итого:		695	17,67	17,76	83,2	533,29	
Стоимость питания, руб:							172,00
Обед (7 - 11 лет)							
Обед	Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	95	1,91	0,28	8,46	41,13	ТТК 674/1
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 I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 910
Обед	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664
Обед	Митболы с сыром	100	7,39	10,81	12,97	161,04	ТТК 544/1
Обед	Горошница	160	3,86	2,74	26,58	168,32	ТТК 570
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
Итого:		907	25,93	28,63	113,22	760,9	
Стоимость питания, руб:							258,00

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



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

Завтрак (12 лет и старше)

Завтрак	Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,39	2,58	15,43	104,1	ТТК 506
Завтрак	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,09	ТТК 657
Завтрак	Творожник с кокосом	100	6,2	4,5	9,8	96,3	ТТК 514
Завтрак	Молоко сгущенное	30	2,54	2,53	15,96	95,22	ТТК 662
Завтрак	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		570	16,03	21,59	61,44	502,87	
Стоимость питания, руб:						146,00	

ГПД (7 -11 Лет) Обед

Обед	Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642/1
Обед	Голубцы "Ленивые"	100	13,85	18	10,4	259	ТТК 540
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	21,95	173,99	ТТК 571
Обед	Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
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	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Обед	Огурец свежий	40	0,31	0,04	1,37	6,24	ТТК 675/1
Итого:		845	26,3	36,81	90,55	756,25	
Стоимость питания, руб:						121,00	

ГПД полдник

Полдник	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
Полдник	Повидло яблочное	10	0,06		9,75	37,73	ТТК 663
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		235	2,21	0,34	30,61	132,88	
Стоимость питания, руб:						35,00	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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

