



000156

РФ, ХМАО-Югра, г.
Актинерное об.
«Комбинат школьной

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Столовая МБОУ СОШ № 10 МБОУ МБОУ СОШ №10
Структурное подразделение
Материально-ответственное лицо Чалышева А. Г. Дата 09.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюдо	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Яблоко	115	2,57	1,42	11,21	68,4	ТТК 1068
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле	80	0,61	7,90	4,39	64,5	ТТК 1199/1
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	675	21,21	27,97	95,65	694,26	
Стоимость питания, руб:						166,00
*Обед (7 - 11 лет)						
Яблоко	115	2,57	1,42	11,21	68,4	ТТК 1068
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 903
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924/1
Говядина отварная для I блюд	23	3,14	2,24	0,19	33,16	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Напиток Грушенька	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	1 018	34,67	32,96	135,93	979,72	
Стоимость питания, руб:						248,00
*Бесплатное питание (с 12 лет)						
Каша молочная рисовая	210	4,96	3,31	31,88	176,33	ТТК 507
Масло сливочное	18	0,14	13,05	0,23	118,92	ТТК 657
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	453	6,84	16,62	53,45	388,8	
Стоимость питания, руб:						55,00
*Завтрак (12 лет и старше)						
Яблоко	115	2,57	1,42	11,21	68,4	ТТК 1068
Огурец свежий	40	0,31	0,04	1,37	6,24	ТТК 675/1
Плов из индейки	230	13,45	16,69	43,86	380,7	ТТК 896
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628
Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	590	18,02	18,41	76,80	544,89	
Стоимость питания, руб:						146,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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



*Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак						
Мандарин	110	1,27	2,97	8,19	63,9	ТТК 1178/1
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле	100	0,76	9,88	5,49	80,62	ТТК 1199/3
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	710	20,06	31,50	93,73	705,88	
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед						
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 903
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924/1
Говядина отварная для 1 блюда	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Напиток Грушевый	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	937	32,88	33,25	125,08	931,42	
Итого за день:	1582	52,94	64,75	218,81	1637,3	
Стоимость питания, руб: 414,00						
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед						
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 903
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924/1
Говядина отварная для 1 блюда	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Напиток Грушевый	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	937	32,88	33,25	125,08	931,42	
Итого за день:	1582	52,94	64,75	218,81	1637,3	
Стоимость питания, руб: 414,00						
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Полдник						
Мандарин	110	1,27	2,97	8,19	63,9	ТТК 1178/1
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле	100	0,76	9,88	5,49	80,62	ТТК 1199/3
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	710	20,06	31,50	93,73	705,88	
Итого за день:	1582	52,94	64,75	218,81	1637,3	
Стоимость питания, руб: 414,00						

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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



*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Мандарин	110	1,47	2,97	8,19	63,9	ТТК 1178/1
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле	100	0,76	9,88	5,49	80,62	ТТК 1199/3
Плов из индейки	250	14,52	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	710	20,06	31,50	93,73	705,88	
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 903
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924/1
Говядина отварная для 1 блюда	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Сметана	10	0,23	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Напиток Грушевка	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	937	32,83	33,25	125,98	931,42	
Итого за день:	1582	52,94	64,75	218,91	1637,3	
Стоимость питания, руб:						414,00
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше) завтрак						
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2	ТТК 1069
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле	100	0,76	9,88	5,49	80,62	ТТК 1199/3
Плов из индейки	250	14,52	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Напиток Каркаде (б/сахара)	200	0,02	0	0,27	0,93	ТТК 955
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	665	13,95	28,35	67,82	635,56	
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 903
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924/1
Говядина отварная для 1 блюда	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664
Напиток Грушевка (б/сахара)	200	0,02	0,01	0,60	2,31	ТТК 983
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	937	32,77	36,23	115,42	923,6	
Итого за день:	1817	51,43	65,09	198,24	1559,16	
Стоимость питания, руб:						414,00

Директор СУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Handwritten signature

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



*ГПД (7-11 лет) Обед						
Помидор свежий дольками	45	0,49	0,09	2,30	11,43	ТТК 676/1
Пюре картофельное	130	6,44	9,09	52,41	320,37	ТТК 907
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	1,29	3,68	8,94	87,96	ТТК 914/1
Печень тушеная в томатном соусе	100	12,75	3,75	2,62	94,13	ТТК 895
Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,14	ТТК 611
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,4	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	750	23,11	17,43	85,04	606,03	
Стоимость питания, руб:						121,00
*ГПД (7-11 лет) Полдник						
Каша молочная рисовая	200	4,73	3,15	30,36	167,94	ТТК 507
Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,24	ТТК 657
Напиток Грушевый	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Итого за день:	407	4,81	8,24	40,13	251	
Стоимость питания, руб:						35,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

