

Структурное подразделение

010 (СОШ № 10)

МБОУ

Материально-ответственное лицо

Чальшева А. Г.

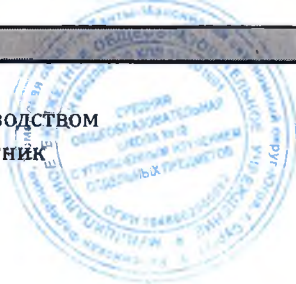
Дата

10.02.2025

МЕНЮ

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Бесплатное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	180	3,37	2,71	33,42	160,78	ТТК 578
Завтрак	Помидор свежий дольками	55	0,59	0,11	2,81	13,98	ТТК 676/1
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
Итого:		460	5,87	3,11	55,46	261,77	
Стоимость питания, руб:							55,00
Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Помидор свежий дольками	65	0,7	0,13	3,32	16,52	ТТК 676/1
Завтрак	Колбаса отварная	100	4,86	11,1		189,34	ТТК 516
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	180	3,37	2,71	33,42	160,78	ТТК 578
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Завтрак	Сыр порционнно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034
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:		615	15,4	18,8	67	549,56	
Стоимость питания, руб:							430,00
Льготное питание (7 -11 лет)							
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	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Обед	Плов из индейки	250	12,57	16,03	43,26	384,86	ТТК 896
Обед	Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:		966	26,74	31,3	128,07	863,31	
Стоимость питания, руб:							430,00
Льготное питание (7 -11 лет)							
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	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Обед	Плов из индейки	250	12,57	16,03	43,26	384,86	ТТК 896
Обед	Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:		966	26,74	31,3	128,07	863,31	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



(Handwritten signature)

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

Полдник	Помидор свежий дольками	65	0,7	0,13	3,32	16,52	ТТК 676/1
Полдник	Колбаса отварная	100	4,86	11,1		189,34	ТТК 516
Полдник	Макаронные изделия отварные цветные	180	3,37	2,71	33,42	160,78	ТТК 578
Полдник	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Полдник	Сыр порционнно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034
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
Итого:		615	15,4	18,8	67	549,56	
Стоимость питания, руб:							430,00

Льготное питание (12 лет и старше)

Завтрак	Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,08	20,33	ТТК 676/1
Завтрак	Котлета "Морское диво"	100	7,46	3,95	7,71	149	ТТК 1373 ФК
Завтрак	Греча отварная с маслом	180	4,21	9,61	39,25	285,23	ТТК 1417
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Сыр порционнно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034
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:		630	18,83	18,55	78,65	618,77	
Обед	Огурец свежий	100	0,78	0,1	3,43	15,61	ТТК 675/1
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем ПФ	250	0,34	4,42	1,24	46,07	ТТК 637/1
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 910
Обед	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Обед	Биточек "Домашний"	100	18,38	24,78	17,28	365,63	ТТК 1414
Обед	Пюре картофельное	190	1,58	4,32	31,35	156,22	ТТК 907
Обед	Компот из свежих яблок (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 623-70
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:		1 040	29,33	40,1	98,45	861,67	
Стоимость питания, руб:							430,00

Завтрак (7 - 11 лет)

Завтрак	Помидор свежий дольками	65	0,7	0,13	3,32	16,52	ТТК 676/1
Завтрак	Колбаса отварная	100	4,86	11,1		189,34	ТТК 516
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	185	3,46	2,79	34,35	165,25	ТТК 578
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Завтрак	Сыр порционнно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034
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:		620	15,49	18,88	67,92	554,02	
Стоимость питания, руб:							172,00

Обед (7 -11 лет)

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	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Обед	Плов из индейки	250	12,57	16,03	43,26	384,86	ТТК 896
Обед	Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:		966	26,74	31,3	128,07	863,31	
Стоимость питания, руб:							258,00

Завтрак (12 лет и старше)

Завтрак	Колбаса отварная	100	4,86	11,1		189,34	ТТК 516
Завтрак	Макаронные изделия отварные цветные	190	3,56	2,86	35,28	169,71	ТТК 578
Завтрак	Помидор свежий дольками	55	0,59	0,11	2,81	13,98	ТТК 676/1
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
Итого:		595	12,59	14,62	68,34	514,04	
Стоимость питания, руб:							146,00

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



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

ГПД (7 -11 Лет) Обед

Обед	Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	200	2,96	6,62	20,71	113,09	ТТК 642/1
Обед	Плов из индейки	250	12,57	16,03	43,26	384,86	ТТК 896
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
Итого:		675	17,43	23,28	82,09	579,75	
Стоимость питания, руб:							121,00

ГПД полдник

Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Полдник	Масло сливочное	12	0,1	8,7	0,16	79,27	ТТК 657
Полдник	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Итого:		237	2,31	8,98	33,81	222,83	
Стоимость питания, руб:							35,00

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



3 - 2

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