



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут

Структурное подразделение

010 (СОШ № 10)

МБОУ

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Материально-ответственное лицо

Чалышева А. Г.

Дата

10.02.2025

МЕНЮ

| Наименование блюда | 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 порционно | 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 | |
| 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 блюда | 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 блюда | 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



Озерова Е.
Чалышева 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 | 18,93 | 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



Handwritten signature

Озерова Е.
Чалышева 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 696 |
| 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.

