



000128

РФ, ХМАО-Югра, г. Акционерное общ. «Комбинат школьного»

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Столовая МБОУ СОШ № 10 МБОУ МБОУ СОШ №10  
 Структурное подразделение  
 Материально-ответственное лицо Чалышева А. Г. Дата 10.12.2024

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>*Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00	207,57	ТТК 545/1
Картофель тушеный	150	2,20	5,75	32,48	155,37	ТТК 906
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Яблоко	140	0,56	0,56	16,24	68,15	ТТК 669
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого за день:</b>	<b>615</b>	<b>16,14</b>	<b>17,16</b>	<b>75,81</b>	<b>513,6</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>166,00</b>
<b>*Обед (7 - 11 лет)</b>						
Биточек Домашний	100	13,17	1,43	11,04	261,81	ТТК 530
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Салат из свежей капусты с морковью	100	1,52	4,98	6,59	73,56	ТТК 925/1
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Соус Сметанный	50	0,41	1,66	1,07	21,05	ТТК 658
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	33,99	233,29	ТТК 571
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15	ТТК 629
Яблоко	135	0,54	0,54	15,66	65,72	ТТК 669
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный Йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
<b>Итого за день:</b>	<b>1 125</b>	<b>32,42</b>	<b>21,19</b>	<b>143,70</b>	<b>1 016,61</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>248,00</b>
<b>*Бесплатное питание (с 12 лет)</b>						
Огурец свежий	50	0,39	0,05	1,72	7,81	ТТК 675
Макаронные изделия отварные	200	7,52	5,96	49,93	282,72	ТТК 577
Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,14	ТТК 611
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого за день:</b>	<b>475</b>	<b>10,29</b>	<b>6,83</b>	<b>70,42</b>	<b>382,67</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>55,00</b>

Директор ОУ  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



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



<b>*Завтрак (12 лет и старше)</b>				
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00
Картофель тушеный	190	2,79	7,28	41,14
Огурец свежий	25	0,20	0,02	0,86
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03
<b>Итого за день:</b>	<b>565</b>	<b>18,04</b>	<b>18,80</b>	<b>80,12</b>
Стоимость питания, руб:				
<b>*Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак</b>				
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00
Картофель тушеный	200	2,94	7,66	43,30
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82
Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74
Яблоко	130	0,52	0,52	15,08
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03
<b>Итого:</b>	<b>780</b>	<b>20,21</b>	<b>19,94</b>	<b>100,98</b>
Стоимость питания, руб:				
<b>*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед</b>				
Биточек Домашний	100	13,17	1,43	11,04
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55
Салат из свежей капусты с морковью	50	0,76	2,49	3,29
Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,12
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86
Соус Сметанный	50	0,41	1,66	1,07
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38
<b>Итого:</b>	<b>1 770</b>	<b>50,02</b>	<b>36,86</b>	<b>117,39</b>
Стоимость питания, руб:				
<b>*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед</b>				
Биточек Домашний	100	13,17	1,43	11,04
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55
Салат из свежей капусты с морковью	50	0,76	2,49	3,29
Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,12
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86
Соус Сметанный	50	0,41	1,66	1,07
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38
<b>Итого:</b>	<b>990</b>	<b>29,81</b>	<b>16,94</b>	<b>117,39</b>

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Оаерова Е.  
Пальцева  
Обухова Л.





<b>*Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Полдник</b>						
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00	207,57	ТТК 545/1
Картофель тушеный	200	2,94	7,66	43,30	207,16	ТТК 906
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924/1
Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,14	ТТК 611
Яблоко	130	0,52	0,52	15,08	63,28	ТТК 669
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
<b>Итого:</b>	<b>780</b>	<b>20,21</b>	<b>19,94</b>	<b>100,98</b>	<b>652,88</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1 770</b>	<b>50,02</b>	<b>36,88</b>	<b>218,37</b>	<b>1 519,65</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>
<b>*Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-завтрак</b>						
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00	207,57	ТТК 545/1
Картофель тушеный	200	2,94	7,66	43,30	207,16	ТТК 906
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924
Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,14	ТТК 611
Яблоко	130	0,52	0,52	15,08	63,28	ТТК 669
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
<b>Итого:</b>	<b>780</b>	<b>20,21</b>	<b>19,94</b>	<b>100,98</b>	<b>652,88</b>	
<b>*Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>						
Биточек Домашний	100	13,17	1,43	11,04	261,81	ТТК 530
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2	ТТК 1069
Салат из свежей капусты с морковью	50	0,76	2,49	3,29	36,78	ТТК 925
Говядина отварная для 1 блюд	15	2,04	1,46	0,12	21,62	ТТК 910
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Соус Сметанный	50	0,41	1,66	1,07	21,05	ТТК 658
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59	209,96	ТТК 571
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15	ТТК 629
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
<b>Итого:</b>	<b>990</b>	<b>29,81</b>	<b>16,94</b>	<b>117,39</b>	<b>866,77</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1 770</b>	<b>50,02</b>	<b>36,88</b>	<b>218,37</b>	<b>1 519,65</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>
<b>*СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-завтрак</b>						
Наггетсы из птицы	100	11,66	10,60	6,00	207,57	ТТК 545/1
Картофель тушеный	200	2,94	7,66	43,30	207,16	ТТК 906
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924
Чай зеленый (б/сахара)	200	0	0	0	0	ТТК 954
Яблоко	140	0,56	0,56	16,24	68,15	ТТК 669
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>	<b>765</b>	<b>17,82</b>	<b>19,16</b>	<b>63,39</b>	<b>561,61</b>	

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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



<b>*СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>						
Биточек Домашний	100	13,17	1,43	11,04	261,81	ТТК 530
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2	ТТК 1069
Салат из свежей капусты с морковью	100	1,52	4,98	6,59	73,56	ТТК 925/1
Говядина отварная для I блюд	30	4,09	2,92	0,25	43,25	ТТК 910
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Соус Сметанный	50	0,41	1,66	1,07	21,05	ТТК 658
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59	209,96	ТТК 571
Компот из свежих груш	200	0,08	0,07	11,52	43,4	ТТК 1237
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
<b>Итого:</b>	<b>1 030</b>	<b>30,55</b>	<b>20,62</b>	<b>110,85</b>	<b>873,43</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1 795</b>	<b>48,37</b>	<b>39,78</b>	<b>193,24</b>	<b>1 435,08</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>
<b>*ГПД (7 -11 лет) Обед</b>						
Биточек Домашний	100	13,17	1,43	11,04	261,81	ТТК 530
Салат из свежей капусты с морковью	100	1,52	4,98	6,59	73,56	ТТК 925/1
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Соус Сметанный	40	0,33	1,33	0,85	16,84	ТТК 658
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	33,99	233,29	ТТК 571
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого за день:</b>	<b>1 115</b>	<b>26,42</b>	<b>17,13</b>	<b>96,58</b>	<b>779,71</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>121,00</b>
<b>*ГПД (7 -11 лет) Полдник</b>						
Пирог Творожный шоколадный	55	5,44	6,63	23,07	172,08	ТТК 940
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,28	92,52	ТТК 627
<b>Итого за день:</b>	<b>255</b>	<b>6,12</b>	<b>6,91</b>	<b>47,35</b>	<b>264,6</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>35,00</b>

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Оверова Е.В.  
Налишева А. Г.  
Обухова Л.И.

