



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

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

11.02.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы			
<b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>							
Завтрак	Рис цветной	190	2,99	1,33	30,34	112,43	ТТК 584
Завтрак	Сыр порционно	15	2,17	3,24		31,43	ТТК 1034
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
<b>Итого:</b>		<b>430</b>	<b>7,01</b>	<b>4,86</b>	<b>48,59</b>	<b>226,87</b>	
Стоимость питания, руб:						55,00	
<b>Льготное питание (7-11 лет)</b>							
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Завтрак	Наггетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Завтрак	Картофель тушеный	180	2,64	6,9	26,05	126,44	ТТК 906
Завтрак	Огурец свежий	65	0,51	0,06	2,23	10,15	ТТК 675/1
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
<b>Итого:</b>		<b>595</b>	<b>15,57</b>	<b>15,83</b>	<b>64,54</b>	<b>462,19</b>	
Обед	Суп гороховый ПФ	250	7,56	5,66	25,88	176,86	ТТК 639/1
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910
Обед	Тефтели "Детские"	100	14,9	15,81	5,27	256	ТТК 547/1
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	21,95	173,99	ТТК 571
Обед	Огурец свежий	50	0,39	0,05	1,72	7,81	ТТК 675/1
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
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
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
<b>Итого:</b>		<b>1 016</b>	<b>38,53</b>	<b>31,98</b>	<b>106,73</b>	<b>877,77</b>	
Стоимость питания, руб:						430,00	
<b>Льготное питание (7-11 лет)</b>							
Обед	Суп гороховый ПФ	250	7,56	5,66	25,88	176,86	ТТК 639/1
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910
Обед	Тефтели "Детские"	100	14,9	15,81	5,27	256	ТТК 547/1
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	21,95	173,99	ТТК 571
Обед	Огурец свежий	50	0,39	0,05	1,72	7,81	ТТК 675/1
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
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
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
<b>Итого:</b>		<b>1 016</b>	<b>38,53</b>	<b>31,98</b>	<b>106,73</b>	<b>877,77</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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



Полдник	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Полдник	Нагетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Полдник	Картофель тушеный	180	2,84	6,9	26,05	126,44	ТТК 906
Полдник	Огурец свежий	65	0,51	0,06	2,23	10,15	ТТК 675/1
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
<b>Итого:</b>		<b>595</b>	<b>15,57</b>	<b>15,83</b>	<b>64,54</b>	<b>462,19</b>	
Стоимость питания, руб:							<b>430,00</b>
<b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>							
Завтрак	Каша молочная пшеничная	200	4,05	2,57	21,46	162,22	ТТК 511
Завтрак	Залепанка из творога	130	12,82	3,91	36,63	183,63	ТТК 1170
Завтрак	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
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	Мандарин	110	0,83	0,19	9,41	41,01	ТТК 665/1
<b>Итого:</b>		<b>715</b>	<b>22,76</b>	<b>11,33</b>	<b>99,4</b>	<b>584,88</b>	
Стоимость питания, руб:							<b>430,00</b>
Обед	Суп картофельный с рисом ПФ	250	1,6	6,9	14,68	89,98	ТТК 641/1
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	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Рис припущенный	200	2,74	5,4	42,61	182,56	ТТК 582
Обед	Помидор свежий дольками	55	0,59	0,11	2,81	13,98	ТТК 676/1
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
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
<b>Итого:</b>		<b>891</b>	<b>23,82</b>	<b>25,83</b>	<b>108,3</b>	<b>706,13</b>	
Стоимость питания, руб:							<b>430,00</b>
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>							
Завтрак	Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1
Завтрак	Нагетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Завтрак	Картофель тушеный	200	2,94	7,66	28,94	140,49	ТТК 906
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	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
<b>Итого:</b>		<b>610</b>	<b>15,82</b>	<b>16,59</b>	<b>67,26</b>	<b>475,45</b>	
Стоимость питания, руб:							<b>172,00</b>
<b>Обед (7 -11 лет)</b>							
Обед	Суп гороховый ПФ	250	7,56	5,66	25,88	176,86	ТТК 639/1
Обед	Зелень свежая (укроп, петрушка)	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюда	25	4,78	2,43	0,15	41,6	ТТК 910
Обед	Тефтели "Детские"	100	14,9	15,81	5,27	256	ТТК 547/1
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	21,95	173,99	ТТК 571
Обед	Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
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
Обед	Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
<b>Итого:</b>		<b>1 021</b>	<b>37,66</b>	<b>31,5</b>	<b>107,05</b>	<b>871,01</b>	
Стоимость питания, руб:							<b>258,00</b>
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>							
Завтрак	Нагетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Завтрак	Картофель тушеный	210	3,08	8,05	30,39	147,51	ТТК 906
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
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
<b>Итого:</b>		<b>560</b>	<b>15,5</b>	<b>16,91</b>	<b>66,65</b>	<b>473,11</b>	
Стоимость питания, руб:							<b>146,00</b>

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

2 - 2

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





ГПД (7 -11 Лет) Обед							
Обед	Суп гороховый ПФ	200	6,05	4,53	20,7	141,49	ТТК 639/1
Обед	Тефтели "Детские"	100	14,9	15,81	5,27	256	ТТК 547/1
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,51	5,26	18,29	144,99	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	Помидор свежий дольками	25	0,27	0,05	1,28	6,35	ТТК 676/1
<b>Итого:</b>		<b>725</b>	<b>28,35</b>	<b>26,53</b>	<b>75,67</b>	<b>688,63</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>121,00</b>
ГПД полдник							
Полдник	Сыр порционно	5	0,72	1,08		10,48	ТТК 1034
Полдник	Напиток фруктовый Витаминка	180	0,39	0,08	7,97	33,44	ТТК 629
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>210</b>	<b>2,83</b>	<b>1,41</b>	<b>19,98</b>	<b>101,91</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>35,00</b>

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

3 - 2





