



000086

РФ, ХМАО-Югра, г. С  
Акционерное обще  
«Комбинат школьного п

## Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Столовая МБОУ СОШ № 10  
Структурное подразделение МБОУ МБОУ СОШ №10  
Материально-ответственное лицо Чалышева А. Г. Дата 11.11.2024

## МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>*Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	60	0,65	0,12	3,06	15,25	ТТК 676
Колбаса отварная	100	8,53	14,10	0	149,78	ТТК 516
Макаронные изделия отварные цветные	180	5,57	3,71	33,12	198,4	ТТК 578
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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:	605	18,48	18,49	78,89	555,44	
Стоимость питания, руб:						166,00
<b>*Обед (7 - 11 лет)</b>						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Огурец свежий	100	0,78	0,10	3,43	15,61	ТТК 675
Говядина отварная для I блюд	30	4,09	2,92	0,25	43,25	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зелены	220	8,48	4,02	24,66	202,86	ТТК 920/1
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	ТТК 624-50
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:	885	32,49	28,37	133,81	908,14	
Стоимость питания, руб:						248,00
<b>*Бесплатное питание (с 12 лет)</b>						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	250	9,69	5,72	32,29	216,84	ТТК 506
Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,20	99,1	ТТК 657
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	490	11,72	16,89	51,72	402,95	
Стоимость питания, руб:						55,00

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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



<b>*Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	25	0,27	0,05	1,28	6,35	ТТК 676
Колбаса отварная	100	8,53	14,10	0	149,78	ТТК 516
Макаронные изделия отварные цветные	180	5,57	3,71	33,12	198,4	ТТК 578
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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 за день:</b>	<b>570</b>	<b>18,10</b>	<b>18,42</b>	<b>77,11</b>	<b>546,54</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>146,00</b>
<b>*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак</b>						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,20	5,10	25,41	ТТК 676
Колбаса отварная	100	8,53	14,10	0	149,78	ТТК 516
Макаронные изделия отварные цветные	200	6,19	4,12	36,80	220,44	ТТК 578
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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>665</b>	<b>19,53</b>	<b>18,98</b>	<b>84,61</b>	<b>587,64</b>	
<b>*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед</b>						
Огурец свежий	100	0,78	0,10	3,43	15,61	ТТК 675
Говядина отварная для I блюда	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	220	8,48	4,02	24,66	202,86	ТТК 920/1
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	ТТК 624-50
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>870</b>	<b>31,78</b>	<b>28,52</b>	<b>121,48</b>	<b>857,1</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1 535</b>	<b>51,31</b>	<b>47,50</b>	<b>206,09</b>	<b>1 444,74</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>
<b>*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед</b>						
Огурец свежий	100	0,78	0,10	3,43	15,61	ТТК 675
Говядина отварная для I блюда	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	220	8,48	4,02	24,66	202,86	ТТК 920/1
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	ТТК 624-50
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>870</b>	<b>31,78</b>	<b>28,52</b>	<b>121,48</b>	<b>857,1</b>	

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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





<b>*Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Полдник</b>						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,20	5,10	25,41	ТТК 676
Колбаса отварная	100	8,53	14,10	0	149,78	ТТК 516
Макаронные изделия отварные цветные	200	6,19	4,12	36,80	220,44	ТТК 578
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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>665</b>	<b>19,53</b>	<b>18,98</b>	<b>84,61</b>	<b>587,64</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1 535</b>	<b>51,31</b>	<b>47,50</b>	<b>206,09</b>	<b>1 444,74</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						
<b>414,00</b>						
<b>*Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Завтрак</b>						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	90	0,97	0,18	4,58	22,86	ТТК 676
Колбаса отварная	100	8,53	14,10	0	149,78	ТТК 516
Макаронные изделия отварные цветные	200	6,19	4,12	36,80	220,44	ТТК 578
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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>655</b>	<b>19,42</b>	<b>18,96</b>	<b>84,09</b>	<b>585,09</b>	
<b>*Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>						
Огурец свежий	100	0,78	0,10	3,43	15,61	ТТК 675
Говядина отварная для I блюда	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зелены	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	ТТК 624-50
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>902</b>	<b>33,21</b>	<b>29,27</b>	<b>124,85</b>	<b>887,64</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1 557</b>	<b>52,63</b>	<b>48,23</b>	<b>208,94</b>	<b>1 472,73</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						
<b>414,00</b>						
<b>*СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Завтрак</b>						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	110	1,19	0,22	5,60	27,94	ТТК 676
Тефтели Детские	100	14,99	15,81	5,28	256	ТТК 547/1
Макаронные изделия отварные цветные	250	7,74	5,15	46,00	275,56	ТТК 578
Чай (б/сахара)	200	0,19	0,04	0,14	1,49	ТТК 953
Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>25,93</b>	<b>21,49</b>	<b>80,50</b>	<b>665,99</b>	

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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



<b>*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед</b>						
Огурец свежий	110	0,86	0,11	3,77	17,17	ТТК 675
Говядина отварная для I блюд	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Компот из смеси сухофруктов (б/сахара)	200	0,98	0,05	12,56	47,27	ТТК 960
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>887</b>	<b>32,11</b>	<b>29,05</b>	<b>105,08</b>	<b>841,55</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1 587</b>	<b>58,04</b>	<b>50,54</b>	<b>185,58</b>	<b>1 507,54</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>
<b>*ГПД (7 -11 лет) Обед</b>						
Огурец свежий	45	0,35	0,04	1,54	7,02	ТТК 675
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	225	8,68	4,12	25,22	207,47	ТТК 920/1
Плов из индейки	200	11,70	14,51	38,14	331,04	ТТК 896
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
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 за день:</b>	<b>720</b>	<b>24,12</b>	<b>19,17</b>	<b>97,02</b>	<b>682,04</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>121,00</b>
<b>*ГПД (7 -11 лет) Полдник</b>						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	185	7,17	4,23	23,89	160,46	ТТК 506
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	ТТК 624-50
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого за день:</b>	<b>410</b>	<b>9,38</b>	<b>4,51</b>	<b>57,54</b>	<b>259,38</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>35,00</b>

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



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



