



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут
Акционерное общество
«Комбинат школьного питания»
МБОУ МБОУ СОШ № 10

Структурное подразделение

010 (СОШ № 10)

МБОУ

Материально-ответственное лицо

Чалышева А. Г.

Дата

14.02.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы			
ГПД (7 -11 лет) Обед							
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	0,27	3,53	0,99	36,85	ТТК 637/1
Обед	Котлета "Морское диво"	100	7,46	3,95	7,71	149	ГТК 1373 ФК
Обед	Пюре картофельное	160	1,33	3,64	26,4	131,56	ТТК 907
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		685	11,46	11,65	64,86	457,93	
Стоимость питания, руб:						121,00	
Бесплатное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	24,39	193,32	ТТК 571
Завтрак	Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:		485	6,84	7,34	42,05	266,99	
Стоимость питания, руб:						55,00	
Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Огурец свежий	60	0,63	0,08	2,74	12,49	ТТК 675/1
Завтрак	Пельмени отварные	190	15,11	15,77	37,62	293,93	ТТК 524
Завтрак	Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392
Завтрак	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		515	19,22	17,69	82,77	502,82	
Обед	Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,08	20,33	ТТК 676/1
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	0,27	3,53	0,99	36,85	ТТК 637/1
Обед	Зелень свежая	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	10	1,91	0,97	0,06	16,64	ТТК 910
Обед	Сметана	21	0,51	2,77	0,69	30,12	ТТК 664
Обед	Котлета "Морское диво"	100	7,46	3,95	7,71	149	ГТК 1373 ФК
Обед	Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 907
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	6,23	15,17	98,3	ТТК 500
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
Итого:		912	20,01	22,95	102,58	710,65	
Стоимость питания, руб:						430,00	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



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



Льготное питание (7 -11 лет)							
Обед	Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,08	20,33	ТТК 676/1
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	0,27	3,53	0,99	36,85	ТТК 637/1
Обед	Зелень свежая	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюда	10	1,91	0,97	0,06	16,64	ТТК 910
Обед	Сметана	21	0,51	2,77	0,69	30,12	ТТК 664
Обед	Котлета "Морское диво"	100	7,46	3,95	7,71	149	ТТК 1373 ФН
Обед	Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 907
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	6,23	15,17	98,3	ТТК 500
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
Итого:		912	20,01	22,95	102,58	710,65	
Стоимость питания, руб:							
Итого:		912	20,01	22,95	102,58	710,65	
Льготное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Огурцы консервированные	50		0,2	2,78	5,6	ТТК 1232
Завтрак	Наггетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Завтрак	Капуста тушеная	210	8,63	9	45,66	259,43	ТТК 903
Завтрак	Напиток Грушевка	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 624
Завтрак	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 606
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		605	20,78	18,37	85,94	596,44	
Стоимость питания, руб:							
Итого:		605	20,78	18,37	85,94	596,44	
Обед	Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2,01	0,3	8,91	43,29	ТТК 674/1
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	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Обед	Паста с филе индейки в сливочном соусе	250	15,83	11,22	25,71	328,64	ТТК 893
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
Обед	Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	6,23	15,17	98,3	ТТК 500
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
Итого:		926	29,23	29,91	108,46	797,04	
Стоимость питания, руб:							
Итого:		926	29,23	29,91	108,46	797,04	
Завтрак (7 - 11 лет)							
Завтрак	Огурец свежий	85	0,67	0,08	2,92	13,27	ТТК 675/1
Завтрак	Пельмени отварные	200	15,9	16,6	39,6	309,4	ТТК 524
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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	Сметана	12	0,29	1,58	0,39	17,21	ТТК 664
Итого:		547	20,44	18,81	73,17	480,89	
Стоимость питания, руб:							
Итого:		547	20,44	18,81	73,17	480,89	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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



Обед (7 -11 лет)							
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	0,34	4,42	1,24	46,07	ТТК 637/1
Обед	Зелень свежая	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	18	3,44	1,75	0,11	29,95	ТТК 910
Обед	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Обед	Котлета "Морское диво"	100	7,46	3,95	7,71	149	ГТК 1373 ФН
Обед	Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 907
Обед	Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,08	20,33	ТТК 676/1
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	6,23	15,17	98,3	ТТК 500
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
Итого:		970	21,61	24,48	102,93	732,18	
Стоимость питания, руб:							258,00
Завтрак (12 лет и старше)							
Завтрак	Пельмени отварные	180	14,31	14,94	35,84	278,46	ТТК 524
Завтрак	Огурец свежий	55	0,43	0,05	1,89	8,59	ТТК 675/1
Завтрак	Напиток Каркаде	195	0,02	0,01	4,46	10,04	ТТК 628
Завтрак	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		475	18,05	15,84	63,79	407,09	
Стоимость питания, руб:							146,00
ГПД полдник							
Полдник	Салат из моркови с яблоками и сметаной	95	1,59	1,22	14,14	73,87	ТТК 924/5
Полдник	Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		320	3,54	1,85	33,24	159,67	
Стоимость питания, руб:							35,00

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



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



