



000164

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут
Акционерное общество
«Комбинат школьного питания»

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение Столовая МБОУ СОШ № 10 МБОУ МБОУ СОШ №10
Материально-ответственное лицо Чалышева А. Г. Дата 15.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Котлеты Белорусские	100	10,48	14,90	0,53	205,93	ТТК 542
Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,56	1,99	7,79	64,18	ТТК 926/1
Рис цветной	200	3,14	1,40	26,38	118,34	ТТК 584
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,50	22,06	108	ТТК 609
Итого за день:	741	20,39	23,03	79,10	625,47	
Стоимость питания, руб:						166,00
*Обед (7 - 11 лет)						
Сыр порционно	15	0	0	12,15	48	ТТК 1072
Митболы с сыром	100	7,39	18,55	12,97	177	ТТК 544/1
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1
Говядина отварная для I блюда	20	3,14	2,24	0,19	33,16	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	1,05	3,68	8,94	87,96	ТТК 914/1
Горошница	200	14,83	3,89	56,53	373,65	ТТК 570
Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,53	43,46	ТТК 623-50
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	888	30,77	29,06	129,31	894,47	
Стоимость питания, руб:						248,00
*Завтрак (12 лет и старше)						
Котлеты Белорусские	100	10,48	14,90	0,53	205,93	ТТК 542
Салат из свежей капусты с огурцом	60	0,31	0,04	1,37	6,24	ТТК 675/1
Рис цветной	180	2,83	1,26	23,74	106,51	ТТК 584
Чай с лимоном	180	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Сыр плавленый порц.16г	16	0,89	15	1,37	68	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	585	17,24	17,09	67,92	506,48	
Стоимость питания, руб:						146,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*Льготное питание I смена (7 -11 лет)- завтрак						
Котлеты Белорусские	100	10,48	14,90	0,53	205,93	ТТК 542
Масло сливочное (порционное) 10г	10	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,42	1,81	7,08	58,35	ТТК 926/1
Рис цветной	200	3,14	1,40	26,38	118,34	ТТК 584
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	716	20,30	22,85	67,22	575,64	
*Льготное питание I смена (7 -11 лет)- Обед						
Сыр плавленый порц.16г	16	0	0	12,15	48	ТТК 1072
Митболы с сыром	100	7,39	18,55	12,97	177	ТТК 544/1
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1
Говядина отварная для I блюд	20	4,09	2,92	0,25	43,25	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Горошница	200	14,83	3,89	56,53	373,65	ТТК 570
Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,53	43,46	ТТК 623-50
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	945	31,99	30,66	131,60	926,55	
Итого за день:	1 661	52,29	53,51	198,82	1 502,19	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание II смена (7 -11 лет)- Обед						
Сыр плавленый порц.16г	16	0	0	12,15	48	ТТК 1072
Митболы с сыром	100	7,39	18,55	12,97	177	ТТК 544/1
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1
Говядина отварная для I блюд	20	4,09	2,92	0,25	43,25	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Горошница	200	14,83	3,89	56,53	373,65	ТТК 570
Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,53	43,46	ТТК 623-50
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	945	31,99	30,66	131,60	926,55	
*Льготное питание II смена (7 -11 лет)- Полдник						
Котлеты Белорусские	100	10,48	14,90	0,53	205,93	ТТК 542
Масло сливочное (порционное) 10г	10	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,42	1,81	7,08	58,35	ТТК 926/1
Рис цветной	200	3,14	1,40	26,38	118,34	ТТК 584
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	716	20,30	22,85	67,22	575,64	
Итого за день:	1 661	52,29	53,51	198,82	1 502,19	
Стоимость питания, руб:						414,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Котлеты Белорусские	100	10,48	14,90	0,53	205,93	ТТК 542
Масло сливочное (порционное) 10г	10	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,56	1,99	7,79	64,18	ТТК 926/1
Рис цветной	200	3,14	1,40	26,38	118,34	ТТК 584
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	676	20,24	22,38	66,27	568,25	
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Сыр плавленый порц.16г	16	0	0	12,15	48	ТТК 1072
Митболы с сыром	100	7,39	18,55	12,97	177	ТТК 544/1
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,98	0,15	4,35	21,17	ТТК 674/1
Говядина отварная для I блюд	25	4,09	2,92	0,25	43,25	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Горошница	200	14,83	3,89	56,53	373,65	ТТК 570
Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,53	43,46	ТТК 623-50
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	955	32,08	30,68	131,99	928,48	
Итого за день:	1 631	52,32	53,06	198,26	1 496,73	
Стоимость питания, руб:						414,00
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Котлеты Белорусские	100	10,48	14,90	0,53	205,93	ТТК 542
Сыр плавленый "Дружба"	16	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,42	1,81	7,08	58,35	ТТК 926/1
Рис цветной	200	3,14	1,40	26,38	118,34	ТТК 584
Чай с лимоном (б/сахара)	200	0,23	0,05	0,36	3,26	ТТК 956
Масло сливочное	10	0,48	0,48	13,92	58,42	ТТК 669
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	761	18,86	22,09	60,74	538,3	
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Сыр плавленый порц.16г	16	0	0	12,15	48	ТТК 1072
Митболы с сыром	100	7,39	18,55	12,97	177	ТТК 544/1
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	80	0,71	0,11	3,17	15,39	ТТК 674/1
Говядина отварная для I блюд	25	4,09	2,92	0,25	43,25	ТТК 910
Рассольник Ленинградский с зеленью	225	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Горошница	200	14,83	3,89	56,53	373,65	ТТК 570
Компот из свежих яблок (б/сахара)	200	0,08	0,07	2,44	8,89	ТТК 980
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	900	30,14	30,39	110,69	834,13	
Итого за день:	1 661	49,00	52,48	171,43	1 372,43	
Стоимость питания, руб:						414,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



** Бесплатное питание с 12 лет						
Каша гречневая рассыпчатая	200	0,71	0,91	3,54	29,17	ТТК 926/1
Масло сливочное	8	7,16	10,10	58,23	355,97	ТТК 907
Какао с молоком	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	475	9,77	11,65	79,89	466,94	
Стоимость питания, руб:						55,00
*ГПД (7 -11 лет) Обед						
Помидор свежий дольками	60	0,65	0,12	3,06	15,25	ТТК 676/1
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Жаркое по - Петровски	250	15,68	13,17	18,10	222,45	ТТК 891
Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,53	43,46	ТТК 623-50
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	785	19,40	18,21	54,89	445,11	
Стоимость питания, руб:						121,00
*ГПД (7 -11 лет) Полдник						
Каша молочная пшеничная	180	4,96	2,12	23,00	132,06	ТТК 510
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	ТТК 657
Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,14	ТТК 611
Итого за день:	380	6,5	6,5	42,82	203,23	
Стоимость питания, руб:						35,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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