



000168

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

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение: Столовая МБОУ СОШ № 10
Материально-ответственное лицо: Чалышева А. Г.
МБОУ: МБОУ СОШ №10
Дата: 17.01.2025

МЕНЮ

| Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| *Завтрак (7 - 11 лет) | | | | | | |
| Мандарин | 110 | 1,27 | 2,97 | 8,19 | 63,9 | ТТК 1178/1 |
| Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью | 60 | 0,76 | 9,88 | 5,49 | 80,62 | ТТК 1199/3 |
| Гуляш из филе индейки | 100 | 7,34 | 5,32 | 1,21 | 83,92 | ТТК 890/1 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 4,91 | 7,37 | 35,69 | 244,95 | ТТК 571 |
| Напиток Каркаде | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,33 | 35,55 | ТТК 628 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Итого за день: | 680 | 16,02 | 25,80 | 71,92 | 566,94 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 166,00 |
| *Обед (7 - 11 лет) | | | | | | |
| Мандарин | 110 | 1,27 | 2,97 | 8,19 | 63,9 | ТТК 1178/1 |
| Фишбол | 100 | 10,84 | 5,69 | 7,82 | 227,14 | ТТК 548 |
| Пюре картофельное | 180 | 7,16 | 10,10 | 58,23 | 355,97 | ТТК 907 |
| Суп картофельный с рисом с зеленью | 250 | 7,91 | 15,40 | 28,45 | 165,1 | ТТК 917/1 |
| Фрикадельки | 20 | 4,48 | 3,80 | 0,51 | 176,35 | ТТК 2012 |
| Напиток из плодов шиповника | 245 | 0,68 | 0,28 | 24,28 | 92,52 | ТТК 627 |
| 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: | 910 | 35,85 | 39,13 | 151,52 | 1 200,91 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 248,00 |
| *Бесплатное питание (с 12 лет) | | | | | | |
| Макароны с сыром | 250 | 13,79 | 11,37 | 51,83 | 355,47 | ТТК 580 |
| Напиток Каркаде | 200 | 0,02 | 0,01 | 8,87 | 33,78 | ТТК 628 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТК 609 |
| Итого за день: | 465 | 15,48 | 11,63 | 71,73 | 443,25 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 55,00 |
| *Завтрак (12 лет и старше) | | | | | | |
| Яблоко | 120 | 2,57 | 1,42 | 11,21 | 68,4 | ТТК 1068 |
| Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью | 45 | 0,53 | 6,92 | 3,84 | 56,44 | ТТК 1199/3 |
| Гуляш из филе индейки | 100 | 7,34 | 5,32 | 1,21 | 83,92 | ТТК 890/1 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 4,68 | 7,02 | 33,99 | 233,29 | ТТК 571 |
| Напиток Каркаде | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,33 | 35,55 | ТТК 628 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 52 | ТТК 604 |
| Итого за день: | 710 | 18,43 | 21,53 | 81,39 | 587,6 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 146,00 |

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник

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

| | | | | | | |
|---|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|
| *Льготное питание I смена (7-11 лет)- завтрак | | | | | | |
| Яблоко | 130 | 2,57 | 1,42 | 11,21 | 68,4 | ТТК 1068 |
| Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле | 80 | 0,50 | 6,42 | 3,57 | 52,4 | ТТК 1199/3 |
| Сыр порционно | 15 | 7,34 | 6,88 | 0 | 92,86 | ТТК 1034 |
| Гуляш из филе индейки | 100 | 7,34 | 5,32 | 1,21 | 83,92 | ТТК 890/1 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 4,68 | 7,02 | 33,99 | 233,29 | ТТК 571 |
| Напиток Каркаде | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,33 | 35,55 | ТТК 628 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 52 | ТТК 604 |
| Итого: | 734 | 27,91 | 81,12 | 676,42 | | |
| *Льготное питание I смена (7-11 лет)- Обед | | | | | | |
| Фишбол | 100 | 10,84 | 5,69 | 7,82 | 227,14 | ТТК 548 |
| Пюре картофельное | 200 | 7,16 | 10,10 | 58,23 | 355,97 | ТТК 907 |
| Винегрет овощной | 110 | 1,31 | 10,15 | 9,91 | 132,4 | ТТК 923 |
| Суп картофельный с рисом с зеленью | 250 | 7,91 | 15,40 | 28,45 | 165,1 | ТТК 917/1 |
| Фрикадельки | 25 | 3,20 | 2,72 | 0,36 | 125,97 | ТТК 2012 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 24,28 | 92,52 | ТТК 627 |
| 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: | 945 | 34,98 | 47,48 | 152,75 | 1 239,79 | |
| Итого за день: | 1 680 | 60,72 | 75,39 | 233,87 | 1 916,21 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 414,00 |
| *Льготное питание II смена (7-11 лет)- Обед | | | | | | |
| Фишбол | 100 | 10,84 | 5,69 | 7,82 | 227,14 | ТТК 548 |
| Пюре картофельное | 200 | 7,16 | 10,10 | 58,23 | 355,97 | ТТК 907 |
| Винегрет овощной | 100 | 1,31 | 10,15 | 9,91 | 132,4 | ТТК 923 |
| Суп картофельный с рисом с зеленью | 250 | 7,91 | 15,40 | 28,45 | 165,1 | ТТК 917/1 |
| Фрикадельки | 25 | 3,20 | 2,72 | 0,36 | 125,97 | ТТК 2012 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 24,28 | 92,52 | ТТК 627 |
| 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: | 945 | 34,98 | 47,48 | 152,75 | 1 239,79 | |
| *Льготное питание II смена (7-11 лет)- Полдник | | | | | | |
| Яблоко | 130 | 2,57 | 1,42 | 11,21 | 68,4 | ТТК 1068 |
| Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле | 80 | 0,50 | 6,42 | 3,57 | 52,4 | ТТК 1199/3 |
| Сыр порционно | 15 | 7,34 | 6,88 | 0 | 92,86 | ТТК 1034 |
| Гуляш из филе индейки | 100 | 7,34 | 5,32 | 1,21 | 83,92 | ТТК 890/1 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 4,68 | 7,02 | 33,99 | 233,29 | ТТК 571 |
| Напиток Каркаде | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,33 | 35,55 | ТТК 628 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 52 | ТТК 604 |
| Итого: | 735 | 25,74 | 27,91 | 81,12 | 676,42 | |
| Итого за день: | 1 680 | 60,72 | 75,39 | 233,87 | 1 916,21 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 414,00 |

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



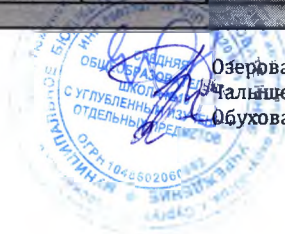
| | | | | | | |
|--|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|
| *Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак | | | | | | |
| Яблоко | 110 | 2,57 | 1,42 | 11,21 | 68,4 | ТТК 1068 |
| Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле | 100 | 0,76 | 9,88 | 5,49 | 80,62 | ТТК 1199/3 |
| Сыр порционно | 15 | 7,34 | 6,88 | 0 | 92,86 | ТТК 1034 |
| Гуляш из филе индейки | 100 | 7,34 | 5,32 | 1,21 | 83,92 | ТТК 890/1 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 4,68 | 7,02 | 33,99 | 233,29 | ТТК 571 |
| Напиток Каркаде | 200 | 0,02 | 0,01 | 9,33 | 35,55 | ТТК 628 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 52 | ТТК 604 |
| Итого: | | 26,00 | 31,37 | 83,04 | 704,64 | |
| *Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед | | | | | | |
| Фишбол | 100 | 10,84 | 5,69 | 7,82 | 227,14 | ТТК 548 |
| Пюре картофельное | 200 | 7,16 | 10,10 | 58,23 | 355,97 | ТТК 907 |
| Винегрет овощной | 100 | 1,31 | 10,15 | 9,91 | 132,4 | ТТК 923 |
| Суп картофельный с рисом с зеленью | 250 | 7,91 | 15,40 | 28,45 | 165,1 | ТТК 917/1 |
| Фрикадельки | 20 | 2,56 | 2,17 | 0,29 | 100,77 | ТТК 2012 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 24,28 | 92,52 | ТТК 627 |
| 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: | 940 | 36,84 | 46,93 | 152,68 | 1 214,59 | |
| Итого за день: | 1 710 | 62,84 | 78,30 | 235,72 | 1 919,23 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 114,00 |
| *СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов с картофелем и зеле | 100 | 0,76 | 9,88 | 5,49 | 80,62 | ТТК 1199/3 |
| Гуляш из филе индейки | 100 | 7,34 | 5,32 | 1,21 | 83,92 | ТТК 890/1 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 4,68 | 7,02 | 33,99 | 233,29 | ТТК 571 |
| Напиток Каркаде (б/сахара) | 200 | 0,04 | 0 | 0,27 | 0,93 | ТТК 955 |
| Груша | 150 | 0,60 | 0,45 | 19,65 | 76,04 | ТТК 665 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной | 20 | 1,57 | 0,59 | 9,80 | 52 | ТТК 604 |
| Итого: | 770 | 14,99 | 22,26 | 70,41 | 526,8 | |
| *СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед | | | | | | |
| Фишбол | 100 | 10,84 | 5,69 | 7,82 | 227,14 | ТТК 548 |
| Пюре картофельное | 200 | 7,16 | 10,10 | 58,23 | 355,97 | ТТК 907 |
| Сметана | 20 | 1,31 | 10,15 | 9,91 | 132,4 | ТТК 923 |
| Винегрет овощной | 100 | 1,31 | 10,15 | 9,91 | 132,4 | ТТК 923 |
| Сыр порционно | 15 | 7,34 | 6,88 | 0 | 92,86 | ТТК 1034 |
| Суп картофельный с рисом с зеленью | 210 | 6,65 | 12,94 | 23,90 | 138,68 | ТТК 917/1 |
| Фрикадельки | 20 | 2,56 | 2,17 | 0,29 | 100,77 | ТТК 2012 |
| Напиток из плодов шиповника (б/сахара) | 200 | 0,68 | 0,28 | 14,30 | 54,6 | ТТК 982 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54 | ТТК 609 |
| Итого: | 885 | 38,21 | 48,46 | 125,48 | 1 156,42 | |
| Итого за день: | 1 655 | 53,20 | 71,72 | 195,89 | 1 683,22 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 114,00 |

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



| *ГПД (7 -11 лет) Обед | | | | | | |
|---|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| Биточек Нежный | 100 | 15,05 | 14,03 | 17,00 | 248 | ТТК 534 |
| Пюре картофельное | 200 | 7,16 | 10,10 | 58,23 | 355,97 | ТТК 907 |
| Суп картофельный с рисом с зеленью | 240 | 7,60 | 14,78 | 27,31 | 158,5 | ТТК 917/1 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 24,28 | 92,52 | ТТК 627 |
| Хлеб столичный из ржано - пшеничной муки | 25 | 1,67 | 0,28 | 14,3 | 54,6 | ТТК 608 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с | 25 | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58 | ТТК 608 |
| Итого за день: | 765 | 32,21 | 39,44 | 138,83 | 912,99 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 121,00 |
| *ГПД (7 -11 лет) Полдник | | | | | | |
| Масло сливочное | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,03 | ТТК 657 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,23 | 0,39 | 7,09 | 27,8 | ТТК 614 |
| Печенье сдобное Ромбики коричные с сахаро | 100 | 6,96 | 17,82 | 65,81 | 445 | ТТК 1054 |
| Итого за день: | 305 | 7,23 | 21,84 | 72,97 | 505,83 | |
| Стоимость питания, руб: | | | | | | 35,00 |

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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