



000066

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: 18.10.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	22	0,47	0,09	2,52	12,67	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 890/1
Макароны с овощами	200	6,99	3,82	47,40	247,75	ТТК 900
Чай с молоком	200	1,17	1,06	10,86	55,01	ТТК 616
Яблоко	150	0,60	0,60	17,40	73,02	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	727	34,60	24,51	104,12	753,65	
Стоимость питания, руб:						166,00
*Обед (7 - 11 лет)						
Биточек Нежный	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 534
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,84	ТТК 679
Говядина отварная для I блюд	30	8,18	5,84	0,43	86,5	ТТК 910
Суп из овощей с фасолью	250	1,60	3,48	8,87	70,69	ТТК 915
Рис с овощами	200	4,44	3,21	44,56	222,21	ТТК 902
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,28	92,52	ТТК 627
Яблоко	132	0,53	0,53	15,31	64,26	ТТК 669
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:	1 062	34,63	37,75	136,70	999,02	
Стоимость питания, руб:						248,00
*Бесплатное питание (с 12 лет)						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	55	0,42	5,43	1,77	56,56	ТТК 679
Макароны с томатом	250	8,02	4,20	52,15	275,1	ТТК 901
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,22	36,01	ТТК 616
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	530	10,35	9,92	75,15	425,67	
Стоимость питания, руб:						55,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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



*Завтрак (12 лет и старше)						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 890/1
Макароны с овощами	220	7,69	4,20	52,14	272,52	ТТК 900
Чай с молоком	200	1,17	1,06	10,86	55,01	ТТК 616
Яблоко	140	0,56	0,56	16,24	68,15	ТТК 669
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:	720	34,89	24,42	106,41	762,88	
Стоимость питания, руб:						146,00
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	35	0,75	0,14	4,01	20,15	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 890/1
Макароны с овощами	220	7,69	4,20	52,14	272,52	ТТК 900
Чай с молоком	200	1,17	1,06	10,86	55,01	ТТК 616
Яблоко	120	0,48	0,48	13,92	58,42	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	730	35,46	24,82	106,87	771,3	
Стоимость питания, руб:						168,83
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед						
Биточек Нежный	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 534
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	140	1,07	13,83	4,49	143,98	ТТК 679
Говядина отварная для I блюда	40	10,91	7,78	0,58	115,33	ТТК 910
Суп из овощей с фасолью	250	1,60	3,48	8,87	70,69	ТТК 915
Рис с овощами	220	4,88	3,53	49,02	244,43	ТТК 902
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:	1 000	37,58	43,43	127,28	1 026,95	
Стоимость питания, руб:						245,17
Итого:						1 730
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед						
Биточек Нежный	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 534
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	140	1,07	13,83	4,49	143,98	ТТК 679
Говядина отварная для I блюда	40	10,91	7,78	0,58	115,33	ТТК 910
Суп из овощей с фасолью	250	1,60	3,48	8,87	70,69	ТТК 915
Рис с овощами	220	4,88	3,53	49,02	244,43	ТТК 902
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:	1 000	37,58	43,43	127,28	1 026,95	
Стоимость питания, руб:						248,17

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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



*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Поддник						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	35	0,75	0,14	4,01	20,15	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 890/1
Макароны с овощами	220	7,69	4,20	52,14	272,52	ТТК 900
Чай с молоком	200	1,17	1,06	10,86	55,01	ТТК 616
Яблоко	120	0,48	0,48	13,92	58,42	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	730	35,46	24,82	106,87	771,3	
Стоимость питания, руб:						165,83
Итого:	1 730	73,04	68,25	234,15	1 798,25	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	35	0,75	0,14	4,01	20,15	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 890/1
Макароны с овощами	220	7,69	4,20	52,14	272,52	ТТК 900
Чай с молоком	200	1,17	1,06	10,86	55,01	ТТК 616
Яблоко	120	0,48	0,48	13,92	58,42	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	730	35,46	24,82	106,87	771,3	
Стоимость питания, руб:						168,83
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Биточек Нежный	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 534
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	140	1,07	13,83	4,49	143,98	ТТК 679
Говядина отварная для I блюда	40	10,91	7,78	0,58	115,33	ТТК 910
Суп из овощей с фасолью	250	1,60	3,48	8,87	70,69	ТТК 915
Рис с овощами	220	4,88	3,53	49,02	244,43	ТТК 902
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:	1 000	37,58	43,43	127,28	1 026,95	
Стоимость питания, руб:						245,17
Итого:	1 730	73,04	68,25	234,15	1 798,25	
Стоимость питания, руб:						414,00
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 890/1
Макароны с овощами	180	6,29	3,44	42,66	222,97	ТТК 900
Чай с молоком (б/сахара)	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 957
Яблоко	120	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:	635	31,80	23,44	82,67	647,79	
Стоимость питания, руб:						131,38

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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



*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Биточек Нежный	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 534
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,84	ТТК 679
Груша печёная (б/сахара)	160	0,73	0,55	23,89	92,46	ТТК 1013
Говядина отварная для I блюд	30	8,18	5,84	0,43	86,5	ТТК 910
Суп из овощей с фасолью	250	1,60	3,48	8,87	70,69	ТТК 915
Рис с овощами	180	3,99	2,89	40,11	199,99	ТТК 902
Напиток из плодов шиповника (б/сахара)	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 982
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Итого:	1 040	32,57	37,55	122,95	945,08	
Стоимость питания, руб:						282,62
Итого:	1 675	64,37	60,99	205,62	1 592,87	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Целиакия ЛК 1 см. (12 лет и старше)-Завтрак						
Биточек паровой	100	11,25	26,51	8,82	320	ТТК 1103/1
Капуста цветная припущенная (масло подс)	200	5,40	4,54	8,78	106	ТТК 970
Чай с молоком	200	1,17	1,06	10,86	55,01	ТТК 616
Яблоко	140	0,56	0,56	16,24	68,15	ТТК 669
Хлебцы хрустящие рисовые	10	3,57	3,44	21,54	100	ТТК 1036
Итого:	650	21,95	36,11	66,24	649,16	
Стоимость питания, руб:						190,67
*Целиакия ЛК 1 см. (12 лет и старше)-Обед						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	102,84	ТТК 679
Голубцы Ленивые (б/томата, мука рис.)	100	13,85	18,00	10,40	272,34	ТТК 1141
Говядина отварная для I блюд	40	10,91	7,78	0,58	115,33	ТТК 910
Суп из овощей с фасолью	250	1,60	3,48	8,87	70,69	ТТК 915
Рис с овощами	200	4,44	3,21	44,56	222,21	ТТК 902
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,28	92,52	ТТК 627
Хлебцы хрустящие гречневые	10	1,13	0,26	4,73	27,4	ТТК 1035
Итого:	900	33,37	42,89	96,63	903,33	
Стоимость питания, руб:						223,33
Итого:	1 550	55,32	79,00	162,87	1 552,49	
Стоимость питания, руб:						414,00
*166 Целиакия (7 -11 лет)						
Огурец свежий	25	0,20	0,02	0,86	3,9	ТТК 675
Биточек паровой	100	11,25	26,51	8,82	320	ТТК 1103/1
Капуста цветная припущенная (масло подс)	210	5,67	4,77	9,22	111,3	ТТК 970
Чай с молоком	200	1,17	1,06	10,86	55,01	ТТК 616
Хлебцы хрустящие гречневые	10	1,13	0,26	4,73	27,4	ТТК 1035
Итого:	545	19,42	32,62	34,49	517,61	
Стоимость питания, руб:						166,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*146 Целиакия 1 см. (с 12 лет)						
Огурец свежий	80	0,63	0,08	2,74	12,49	ТТК 675
Биточек паровой	100	11,25	26,51	8,82	320	ТТК 1103/1
Пюре из овощей (без молока, масло под) К/Ф	250	4,28	1,79	35,55	218,75	ТТК 1095
Чай с молоком	200	1,17	1,06	10,86	55,01	ТТК 616
Хлебцы хрустящие гречневые	10	1,13	0,26	4,73	27,4	ТТК 1035
Итого:	640	18,46	29,70	62,70	633,65	
Стоимость питания, руб:						146,00
*ГПД (7 -11 лет) Обед						
Биточек Нежный	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 534
Огурец свежий	25	0,20	0,02	0,86	3,9	ТТК 675
Суп из овощей с фасолью	250	1,60	3,48	8,87	70,69	ТТК 915
Рис с овощами	220	4,88	3,53	49,02	244,43	ТТК 902
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
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:	845	25,35	21,95	107,88	716,82	
Стоимость питания, руб:						121,00
*ГПД (7 -11 лет) Полдник						
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,28	92,52	ТТК 627
Печенье сдобн Смак	82	6,27	27,29	52,18	483,39	ТТК 1048
Итого:	282	6,95	27,57	76,46	575,91	
Стоимость питания, руб:						35,00

Директор ОУ
 Заведующий производством
 Медицинский работник



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

