



000096

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	18.11.2024

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	55	0,59	0,11	2,81	13,98	ТТК 676
Сосиски отварные	100	7,98	13,68	0	129	ТТК 518
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
Итого за день:	620	18,49	18,47	82,32	555,43	
Стоимость питания, руб:						166,00
*Обед (7 -11 лет)						
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
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	ТТК 892
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	ТТК 500
Компот фруктово ягодный (вит.50)	200	0,09	0,04	10,52	40,87	ТТК 625-50
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:	930	33,36	31,49	135,20	959,21	
Стоимость питания, руб:						248,00
*Бесплатное питание (с 12 лет)						
Каша молочная пшённая	250	3,94	1,96	20,58	102,78	ТТК 511
Масло сливочное	20	0,16	14,50	0,26	132,13	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:	495	6,01	16,75	40,07	321,92	
Стоимость питания, руб:						55,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*Завтрак (12 лет и старше)						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	22	0,24	0,04	1,12	5,59	ТТК 676
Сосиски отварные	100	7,98	13,68	0	129	ТТК 518
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
Итого за день:	587	18,14	18,40	80,63	547,04	
Стоимость питания, руб:						146,00
*Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Завтрак						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	21,6	ТТК 676
Сосиски отварные	100	7,98	13,68	0	129	ТТК 518
Макаронные изделия отварные цветные	210	6,50	4,33	38,64	231,47	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:	660	19,13	18,74	85,69	574,08	
*Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,83	ТТК 675
Говядина отварная для I блюд	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 910
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	ТТК 892
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	ТТК 500
Компот фруктово ягодный (вит.50)	200	0,09	0,04	10,52	40,87	ТТК 625-50
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:	920	32,64	30,99	134,99	951,22	
Итого за день:	1 580	51,77	49,73	220,68	1 525,3	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,83	ТТК 675
Говядина отварная для I блюд	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 910
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	ТТК 892
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	ТТК 500
Компот фруктово ягодный (вит.50)	200	0,09	0,04	10,52	40,87	ТТК 625-50
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:	920	32,64	30,99	134,99	951,22	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Оверова Е.В.
Нагишева А. Г.
Обухова Л.И.

*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	21,6	ТТК 676
Сосиски отварные	100	7,98	13,68	0	129	ТТК 518
Макаронные изделия отварные цветные	210	6,50	4,33	38,64	231,47	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:	660	19,13	18,74	85,69	574,08	
Итого за день:	1 580	51,77	49,73	220,68	1 525,3	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	21,6	ТТК 676
Сосиски отварные	100	7,98	13,68	0	129	ТТК 518
Макаронные изделия отварные цветные	210	6,50	4,33	38,64	231,47	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:	660	19,13	18,74	85,69	574,08	
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,83	ТТК 675
Говядина отварная для I блюд	22	3,00	2,14	0,18	31,72	ТТК 910
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	ТТК 892
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	ТТК 500
Компот фруктово ягодный (вит.70)	200	0,10	0,04	10,52	40,89	ТТК 625-70
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:	917	32,24	30,70	134,96	946,92	
Итого за день:	1 577	51,37	49,44	220,65	1 521	
Стоимость питания, руб:						414,00
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,20	5,09	25,4	ТТК 676
Фрикадельки паровые	100	21,02	16,88	1,07	239,6	ТТК 1099/1
Макаронные изделия отварные цветные	230	7,12	4,74	42,32	253,51	ТТК 578
Чай (б/сахара)	200	0,19	0,04	0,14	1,49	ТТК 953
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	670	31,23	22,13	72,10	625	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Огурец свежий	100	0,78	0,10	3,43	15,61	ТТК 675
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 916/1
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	ТТК 892
Компот из смеси сухофруктов (б/сахара)	200	0,98	0,05	12,56	47,27	ТТК 960
Яблоко	150	0,60	0,60	17,40	73,02	ТТК 669
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	995	24,59	21,28	128,36	792,66	
Итого за день:	1 665	55,82	43,41	200,46	1 417,66	
Стоимость питания, руб:						414,00
*ГПД (7 -11 лет) Обед						
Огурец свежий	25	0,20	0,02	0,86	3,9	ТТК 675
Суп гороховый с зеленью	240	4,67	2,55	24,83	106,75	ТТК 916/1
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	ТТК 892
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	740	19,46	18,49	102,73	647,89	
Стоимость питания, руб:						121,00
*ГПД (7 -11 лет) Полдник						
Каша молочная пшённая	200	3,15	1,57	16,46	82,22	ТТК 511
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	ТТК 657
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	ТТК 624-50
Итого за день:	405	3,68	5,23	38,17	156,17	
Стоимость питания, руб:						35,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник

