



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

Столовая МБОУ

СОШ № 10

МБОУ

МБОУ СОШ № 10

Материально-ответственное лицо

Чалышева А. Г.

Дата

18.12.2024

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
*Завтрак (7 - 11 лет)							
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	150	5,81	3,43	19,37	130,11	ТТК 506	17,27
Творожник с кокосом	110	10,29	17,14	33,61	328,6	ТТК 514	61,54
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657	15,96
Сметана	10	0,72	0,85	5,55	31,74	ТТК 662	4,00
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610	21,89
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665	40,85
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,48
Итого за день:	625	20,16	30,13	95,39	725,5		166,00
*Обед (7 - 11 лет)							
Говядина отварная для I блюд	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910	42,10
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	200	7,71	3,66	22,42	184,42	ТТК 920/1	12,92
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1	81,37
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664	12,95
Рис припущенный	190	2,60	5,13	46,43	242,09	ТТК 582	24,62
Напиток Мишутка	200	0,53	0,11	14,63	59,86	ТТК 1031	20,85
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665	41,55
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,55
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607	7,09
Итого за день:	917	29,04	27,06	130,98	908,67		248,00
*Бесплатное питание (с 12 лет)							
Вареники с картофелем отварные	150	6,56	7,24	46,21	280,86	ТТК 502	43,64
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664	4,99
Чай зеленый с сахаром	180	0	0	6,17	22,06	ТТК 613	1,99
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,38
Итого за день:	365	8,52	8,81	64,62	375,26		55,00

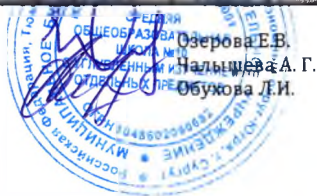
Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*Завтрак (12 лет и старше)							
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506	22,15
Творожник с кокосом	80	7,49	12,46	24,45	238,98	ТТК 514	43,06
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,85	ТТК 657	12,28
Сметана	10	0,72	0,85	5,55	31,74	ТТК 662	3,85
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610	21,06
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665	39,30
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,31
Итого за день:	643	19,28	25,15	92,66	666,03		146,00
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак							
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506	23,17
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	ТТК 514	67,56
Сметана	25	1,80	2,13	13,88	79,35	ТТК 662	10,06
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610	22,03
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665	41,11
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,50
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	ТТК 1050	9,91
Итого:	740	27,71	36,11	142,76	993,29		178,34
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед							
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1	45,40
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910	30,86
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1	15,97
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1	80,51
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664	7,69
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582	23,07
Напиток Мишутка	200	0,53	0,11	14,63	59,86	ТТК 1031	20,63
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,50
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607	7,02
Итого:	920	30,06	25,47	122,00	876		235,66
Итого за день:	1 660	57,77	61,58	264,76	1 869,29		414,00
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед							
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1	45,40
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910	30,86
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1	15,97
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1	80,51
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664	7,69
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582	23,07
Напиток Мишутка	200	0,53	0,11	14,63	59,86	ТТК 1031	20,63
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,50
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607	7,02
Итого:	920	30,06	25,47	122,00	876		235,66

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник							
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506	23,17
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	ТТК 514	67,56
Сметана	25	1,80	2,13	13,88	79,35	ТТК 662	10,06
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610	22,03
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665	41,11
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,50
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	ТТК 1050	9,91
Итого:	740	27,71	36,11	142,76	993,29		178,34
Итого за день:	1 660	57,77	61,58	264,76	1 869,29		414,00
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак							
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506	23,17
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	ТТК 514	67,56
Сметана	25	1,80	2,13	13,88	79,35	ТТК 662	10,06
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610	22,03
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665	41,11
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,50
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	ТТК 1050	9,91
Итого:	740	27,71	36,11	142,76	993,29		178,34
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед							
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1	45,40
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910	30,86
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1	15,97
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1	80,51
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664	7,69
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582	23,07
Напиток Мишутка	200	0,53	0,11	14,63	59,86	ТТК 1031	20,63
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,50
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607	7,02
Итого:	920	30,06	25,47	122,876	876		235,66
Итого за день:	1 660	57,77	61,58	264,76	1 869,29		414,00
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак							
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев (б/сахара)	150	4,45	2,51	17,39	111,02	ТТК 985	17,68
Творожные сырники (б/сахара)	135	23,64	10,52	16,40	260,55	ТТК 1231	115,22
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664	10,48
Какао с молоком (б/сахара)	200	3,33	3,13	5,39	60,93	ТТК 958	22,76
Груша	150	0,60	0,45	19,65	76,04	ТТК 665	52,49
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,60
Итого:	680	23,67	19,52	61,85	595,23		223,23

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед							
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	80	0,71	0,11	3,17	15,39	ТТК 674/1	37,10
Говядина отварная для I блюд	10	1,36	0,97	0,08	14,42	ТТК 910	15,76
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	200	7,71	3,66	22,42	184,42	ТТК 920/1	13,06
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1	82,26
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664	7,86
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582	23,57
Компот из свежих яблок (б/сахара)	200	0,08	0,07	2,44	8,89	ТТК 980	6,56
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,60
Итого:	810	23,92	22,92	82,95	685,67		190,77
Итого за день:	1 490	22,10	19,49	83,48	635,29		121,00
*ГПД (7 -11 лет) Обед							
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	225	8,68	4,12	25,22	207,47	ТТК 920/1	14,44
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1	80,89
Рис припущенный	150	2,06	4,05	36,66	191,12	ТТК 582	19,32
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618	2,16
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	4,19
Итого за день:	700	22,10	19,49	83,48	635,29		121,00
*ГПД (7 -11 лет) Полдник							
Салат из моркови с яблоками и сметаной	115	1,92	1,47	17,12	84,8	ТТК 924/4	30,37
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614	4,63
Итого за день:	315	2,15	1,86	24,21	112,6		35,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник

