



000170

РФ, ХМАО-Югр
Акционерное
«Комбинат школы»

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение: Столовая МБОУ СОШ № 10
МБОУ МБОУ СОШ №10
Материально-ответственное лицо: Чалышева А. Г. Дата: 20.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Помидор свежий дольками	50	0,54	0,10	2,55	12,71	ТТК 676/1
Сыр порционно	15	4,89	4,59	0	61,91	ТТК 1034
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	23,18	23,03	69,61	565,07	
Стоимость питания, руб:						166,00
*Обед (7 -11 лет)15						
Огурец свежий	100	0,78	0,10	3,43	15,61	ТТК 675/1
Говядина отварная для 1 блю	20	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 910
Суп гороховый с зеленью	225	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 из смеси сухофруктов(вит.50)	200	1,04	0,06	23,78	89,8	ТТК 1321
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:	925	33,63	31,02	148,42	1 000,93	
Стоимость питания, руб:						248,00
*Бесплатное питание (с 12 лет)						
Каша молочная пшеничная	220	3,47	1,73	18,11	90,44	ТТК 511
Масло сливочное	17	0,14	12,33	0,22	112,31	ТТК 657
Чай с сахаром	200	0,18	0,04	6,86	27,56	ТТК 618
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	452	5,51	14,35	37,20	288,31	
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)						
Помидор свежий дольками	15	0,32	0,06	1,53	7,62	ТТК 676/1
Сыр порционно	15	2,45	2,29	0	30,95	ТТК 1034
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:	590	20,52	20,69	68,59	529,02	
Стоимость питания, руб:						146,00
*Льготное питание I смена (7-11 лет)- завтрак						
Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	21,6	ТТК 676/1
Сыр порционно	15	5,63	5,27	0	71,19	ТТК 1034
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:	668	24,61	23,99	73,24	594,27	
Стоимость питания, руб:						146,00
*Льготное питание I смена (7-11 лет)- Обед						
Огурец свежий	80	0,74	0,09	3,26	14,83	ТТК 675/1
Говядина отварная для I блюда	15	2,04	1,46	0,12	21,62	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 стуженным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	ТТК 500
Компот из кураги (вит.50)	200	1,04	0,06	23,78	89,8	ТТК 1321
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:	910	32,22	30,04	148,16	985,73	
Итого за день:	1578	56,83	54,03	221,40	1580	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание II смена (7-11 лет)- Обед						
Огурец свежий	80	0,74	0,09	3,26	14,83	ТТК 675/1
Говядина отварная для I блюда	15	2,04	1,46	0,12	21,62	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 стуженным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	ТТК 500
Компот из кураги (вит.50)	200	1,04	0,06	23,78	89,8	ТТК 1321
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:	910	32,22	30,04	148,16	985,73	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



(Handwritten signature)


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



*Льготное питание II смена (7 -11 лет)- Полдник						
Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	21,6	ТТК 676/1
Сыр порционнo	15	5,63	5,27	0	71,19	ТТК 1034
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:	668	24,61	23,99	73,24	594,27	
Итого за день:	1 578	56,83	54,03	221,40	1 580	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	21,6	ТТК 676/1
Сыр порционнo	15	5,63	5,27	0	71,19	ТТК 1034
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:	668	24,61	23,99	73,24	594,27	
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Огурец свежий	80	0,74	0,09	3,26	14,83	ТТК 675/1
Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,12	21,62	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 из кураги (вит.70)	200	1,05	0,07	23,79	89,8	ТТК 1320
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:	910	32,23	30,05	148,17	985,73	
Итого за день:	1 578	56,84	54,04	221,41	1 580	
Стоимость питания, руб:						414,00
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Помидор свежий дольками	80	0,97	0,18	4,59	22,87	ТТК 676/1
Биточек паровой	100	12,90	19,30	8,82	261,44	ТТК 1103/1
Масло сливочное	10	7,34	6,88	0	92,86	ТТК 1034
Макаронные изделия отварные цветные	210	6,50	4,33	38,64	231,47	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:	655	29,57	30,98	63,22	664,13	


Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Огурец свежий	90	0,78	0,10	3,43	15,61	ТТК 675/1
Говядина отварная для I блюд	15	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
Компот из смеси сухофруктов (б/сахара)	200	1,04	0,06	13,80	51,74	ТТК 981
Яблоко	130	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 за день:	1 005	26,01	28,26	129,68	811,55	
Итого за день:	1 660	55,58	53,24	192,90	1 475,68	
Стоимость питания, руб:						114,00
*ГПД (7 -11 лет) Обед						
Огурец свежий	25	0,20	0,02	0,86	3,9	ТТК 675/1
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	667,89	
Стоимость питания, руб:						121,00
*ГПД (7 -11 лет) Полдник						
Каша молочная пшённая	180	2,36	1,18	12,35	61,67	ТТК 511
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	ТТК 657
Компот из кураги (вит.50)	200	1,04	0,06	23,78	89,8	ТТК 1321
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	380	5,16	5,12	48,21	242,5	
Стоимость питания, руб:						35,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник

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



