

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут

Акционерное общество

«Комбинат школьного питания

МБОУ СОШ № 10

Структурное подразделение

010 (СОШ № 10)

МБОУ

МБОУ СОШ № 10

Материально-ответственное лицо

Чалышева А. Г.

Дата

20.02.2025



МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	180	3,95	2,32	13,89	93,69	ТТК 506
Масло сливочное	4	0,03	2,9	0,05	26,42	ТТК 657
Сырники	90	12,73	10,21	24,14	239,37	ТТК 1193
Какао с молоком	190	1,01	0,81	7,64	47,65	ТТК 610
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>489</b>	<b>19,44</b>	<b>16,49</b>	<b>57,73</b>	<b>465,14</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>146,00</b>
<b>Обед (7 -11 лет)</b>						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2,01	0,3	8,91	43,29	ТТК 674/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642/1
Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 910
Сметана	18	0,44	2,38	0,59	25,82	ТТК 664
Митболы с сыром	100	7,39	10,81	12,97	161,04	ТТК 544/1
Горошница	190	4,59	3,26	31,57	199,88	ТТК 570
Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>930</b>	<b>26,46</b>	<b>27,58</b>	<b>118,25</b>	<b>777,41</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>258,00</b>
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	150	3,29	1,94	11,57	78,08	ТТК 506
Масло сливочное	3	0,02	2,18	0,04	19,82	ТТК 657
Сырники	90	12,73	10,21	24,14	239,37	ТТК 1193
Какао с молоком	180	0,95	0,77	7,24	45,14	ТТК 610
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Яблоко	100	0,4	0,01	11,55	23,19	ТТК 669
<b>Итого:</b>	<b>573</b>	<b>20,79</b>	<b>15,59</b>	<b>77,58</b>	<b>517,6</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>172,00</b>
<b>Льготное питание (12 лет и старше)</b>						
Огурец свежий	70	0,55	0,07	2,4	10,93	ТТК 675/1
Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Яблоко	110	0,44	0,01	12,71	25,51	ТТК 669
<b>Итого:</b>	<b>680</b>	<b>11,96</b>	<b>4,82</b>	<b>61,89</b>	<b>403,64</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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





Помидор свежий дольками	40	0,43	0,08	2,04	10,16	ТТК 676/1
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	0,34	4,42	1,24	46,07	ТТК 637/1
Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Говядина отварная для I блюда	25	4,78	2,43	0,15	41,6	ТТК 910
Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Сосиски отварные	100	9,21	12,54		186	ТТК 518
Капуста тушенная	200	4,17	6,06	40,92	219,78	ТТК 904
Морс ягодный	200			24,08	91,36	ТТК 971
Хлеб "Грибренный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>897</b>	<b>23,53</b>	<b>29,67</b>	<b>96,82</b>	<b>764,71</b>	
<b>Стоимость питания, руб.:</b>						
<b>430,00</b>						
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>						
Овощной ассорти (огурцы, помидоры)	80	1,61	0,24	7,13	34,63	ТТК 674/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюда	10	1,91	0,97	0,06	16,64	ТТК 910
Сметана	0,018				0,03	ТТК 664
Митболы с сыром	100	7,39	10,81	12,97	161,04	ТТК 544/1
Горошница	150	3,62	2,57	24,92	157,8	ТТК 570
Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>841,02</b>	<b>22,72</b>	<b>23,48</b>	<b>109,09</b>	<b>683,8</b>	
<b>Стоимость питания, руб.:</b>						
<b>430,00</b>						
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,39	2,58	15,43	104,1	ТТК 506
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	62,85	ТТК 657
Сырники	90	12,73	10,21	24,14	239,37	ТТК 1193
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,52	ТТК 664
Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Яблоко	120	0,48	0,01	13,86	27,83	ТТК 669
<b>Итого:</b>	<b>683</b>	<b>22,48</b>	<b>21,93</b>	<b>85,11</b>	<b>607,83</b>	
<b>Стоимость питания, руб.:</b>						
<b>430,00</b>						
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,39	2,58	15,43	104,1	ТТК 506
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Сырники	90	12,73	10,21	24,14	239,37	ТТК 1193
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,52	ТТК 664
Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Яблоко	120	0,48	0,01	13,86	27,83	ТТК 669
<b>Итого:</b>	<b>685</b>	<b>22,49</b>	<b>23,38</b>	<b>85,14</b>	<b>621,04</b>	
<b>Стоимость питания, руб.:</b>						
<b>430,00</b>						
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>						
Овощной ассорти (огурцы, помидоры)	80	1,61	0,24	7,13	34,63	ТТК 674/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюда	10	1,91	0,97	0,06	16,64	ТТК 910
Сметана	0,018				0,03	ТТК 664
Митболы с сыром	100	11,34	64,55	7,1	654,75	ТТК 1430
Горошница	150	3,62	2,57	24,92	157,8	ТТК 570
Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>841,02</b>	<b>26,67</b>	<b>77,23</b>	<b>103,23</b>	<b>1327,51</b>	
<b>Стоимость питания, руб.:</b>						
<b>430,00</b>						

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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

2 - 2



Питание 12 лет и старше						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	4,39	2,58	15,43	104,1	ТТК 506
Масло сливочное	9	0,07	6,53	0,12	59,45	ТТК 657
Кофейный напиток	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 611
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	434	7,24	10,21	35,6	271,71	
Стоимость питания, руб:						55

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



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





