



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут
Акционерное общество
«Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение
Материально-ответственное лицо

010 (СОШ № 10)

МБОУ

Чалышева А. Г.

Дата

28.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы			
ГПД (7 -11 Лет) Обед							
Обед	Салат из свежей капусты с морковью	100	1,52	4,98	6,59	77,27	ТТК 925/1
Обед	Соус сметанный	25	0,2	0,83	0,52	10,36	ТТК 658
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	146,82	ТТК 916/1
Обед	Биточек "Домашний"	100	13,17	1,43	11,04	109,74	ТТК 530
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,51	5,26	25,49	163,36	ТТК 571
Обед	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	30,03	ТТК 618
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05	ТТК 609
Итого:		850	25,12	15,46	87,75	590,63	
Стоимость питания, руб:						121,00	
ГПД полдник							
Полдник	Пирог "Творожный" шоколадный	55	5,44	6,63	23,07	173,67	ТТК 940
Полдник	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	24,28	102,36	ТТК 627
Итого:		255	6,12	6,91	47,35	276,03	
Стоимость питания, руб:						35,00	
Завтрак (12 лет и старше)							
Завтрак	гуляш из индейки	100	11,66	10,6	6	166,04	ТТК 545/1
Завтрак	Капуста тушеная	180	3,38	8,81	45,74	275,81	ТТК 906
Завтрак	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	36,33	ТТК 613
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17	ТТК 608
Итого:		555	16,76	19,66	72,84	535,34	
Стоимость питания, руб:						146,00	
Бесплатное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	44,94	255,11	ТТК 577
Завтрак	Огурец свежий	47	0,31	0,05	1,74	8,69	ТТК 675/1
Завтрак	Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,93	ТТК 611
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05	ТТК 609
Итого:		452	9,46	6,23	65,46	355,77	
Стоимость питания, руб:						55,00	
Обед (7 -11 лет)							
Обед	Салат из свежей капусты с морковью	100	1,52	4,98	6,59	77,27	ТТК 925/1
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	146,82	ТТК 916/1
Обед	Говядина отварная для I блюда	30	4,09	2,92	0,18	43,36	ТТК 910
Обед	гуляш из индейки	100	13,17	1,43	11,04	109,74	ТТК 530
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	33,99	217,81	ТТК 571
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	8,85	37,89	ТТК 629
Обед	Яблоко	130	0,52	0,52	15,08	67,08	ТТК 669
Обед	Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75,67	ТТК 607
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05	ТТК 609
Итого:		1 115	33,55	22,12	129,04	849,42	
Стоимость питания, руб:						248,00	
Завтрак (7 - 11 лет)							
Завтрак	гуляш из индейки	100	11,66	10,6	6	166,04	ТТК 545/1
Завтрак	Капуста тушеная	150	2,2	5,75	29,83	179,87	ТТК 906
Завтрак	Чай зеленый с сахаром	180			8,17	32,7	ТТК 613
Завтрак	Яблоко	105	0,42	0,42	12,18	54,18	ТТК 669
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05	ТТК 609
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17	ТТК 608
Итого:		585	17,67	17,27	79,23	543,01	
Стоимость питания, руб:						166,00	
Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Овощная нарезка (огурцы, морковь)	70	0,69	0,06	4,08	19,63	ТТК 924/1

Директор ОУ
Заведующий
Медицинский работник

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



Завтрак	гуляш из индейки	100	11,66	10,6	6	166,04	ТТК 545/1
Завтрак	Капуста тушеная	150	2,64	6,9	35,8	215,85	ТТК 906
Завтрак	Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,93	ТТК 611
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05	ТТК 609
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17	ТТК 608
Завтрак	Яблоко	130	0,52	0,52	15,08	67,08	ТТК 669
Итого:		730	19,62	19,15	91,74	617,74	
Обед	Салат из свежей капусты с морковью	50	0,76	2,49	3,29	38,64	ТТК 925/1
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	146,82	ТТК 916/1
Обед	Говядина отварная для I блюда	16	2,18	1,56	0,1	23,12	ТТК 910
Обед	Биточек "Домашний"	100	13,17	1,43	11,04	109,74	ТТК 530
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59	196,03	ТТК 571
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	180	0,39	0,08	7,97	34,1	ТТК 629
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17	ТТК 608
Обед	Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75,67	ТТК 607
Обед	Пюре фруктовое Фрумка	90					
Итого:		921	29,5	15,37	106,24	681,3	
Стоимость питания, руб.:						414,00	
Льготное питание (7 -11 лет)							
Обед	Салат из свежей капусты с морковью	50	0,76	2,49	3,29	38,64	ТТК 925/1
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	146,82	ТТК 916/1
Обед	Говядина отварная для I блюда	16	2,18	1,56	0,1	23,12	ТТК 910
Обед	Биточек "Домашний"	100	13,17	1,43	11,04	109,74	ТТК 530
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59	196,03	ТТК 571
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	180	0,39	0,08	7,97	34,1	ТТК 629
Обед	Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75,67	ТТК 607
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17	ТТК 608
Обед	Пюре фруктовое Фрумка	90					
Итого:		921	29,5	15,37	106,24	681,3	
Полдник	Овощная нарезка (огурцы, морковь)	70	0,69	0,06	4,08	19,63	ТТК 924/1
Полдник	гуляш из индейки	100	11,66	10,6	6	166,04	ТТК 545/1
Полдник	Капуста тушеная	150	2,64	6,9	35,8	215,85	ТТК 906
Полдник	Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,93	ТТК 611
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05	ТТК 609
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17	ТТК 608
Полдник	Яблоко	130	0,52	0,52	15,08	67,08	ТТК 669
Итого:		730	19,62	19,15	91,74	617,74	
Стоимость питания, руб.:						414,00	
Льготное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Овощная нарезка (огурцы, морковь)	80	0,79	0,07	4,66	22,43	ТТК 924/1
Завтрак	гуляш из индейки	100	11,66	10,6	6	166,04	ТТК 545/1
Завтрак	Капуста тушеная	150	2,64	6,9	35,8	215,85	ТТК 906
Завтрак	Кофейный напиток	200	0,71	0,57	7,74	38,93	ТТК 611
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	53,05	ТТК 609
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17	ТТК 608
Завтрак	Яблоко	130	0,52	0,52	15,08	67,08	ТТК 669
Итого:		740	19,72	19,15	92,32	620,54	
Обед	Салат из свежей капусты с морковью	50	0,76	2,49	3,29	38,64	ТТК 925/1
Обед	Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	146,82	ТТК 916/1
Обед	Говядина отварная для I блюда	13	1,77	1,26	0,08	18,79	ТТК 910
Обед	Биточек "Домашний"	100	13,17	1,43	11,04	109,74	ТТК 530
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	30,59	196,03	ТТК 571
Обед	Напиток фруктовый Витаминка	180	0,39	0,08	7,97	34,1	ТТК 629
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	57,17	ТТК 608

Директор ОУ
Заведующий
Медицинский работник

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

2 - 3



