



000112

РФ, ХМАО-Югра, г.
Актинерное общ.
«Комбинат школьного

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Столовая МБОУ СОШ № 10 МБОУ МБОУ СОШ №10
 Структурное подразделение Чалышева А. Г. Дата 28.11.2024
 Материально-ответственное лицо

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Запеканка из творога	100	7,81	3,93	12,62	127,53	ТТК 1170
Каша молочная пшениная	200	3,15	1,57	16,46	82,22	ТТК 511
Масло сливочное	6	0,05	4,35	0,08	39,64	ТТК 657
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	212,57	ТТК 1055
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:	631	20,09	23,98	90,16	659,98	
Стоимость питания, руб:						166,00
*Обед (7 - 11 лет)						
Запеканка из творога	100	7,81	3,93	12,62	127,53	ТТК 1170
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 913/1
Говядина отварная для I блюд	5	0,68	0,49	0,04	7,21	ТТК 910
Пельмени отварные	200	9,06	12,00	22,56	233,73	ТТК 524
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Напиток Мишутка	200	0,55	0,10	15,19	59,75	ТТК 1031
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:	765	26,28	22,68	90,50	658,98	
Стоимость питания, руб:						248,00
*Бесплатное питание (с 12 лет)						
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,85	ТТК 657
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	33,99	233,29	ТТК 571
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	433	7,47	13,92	54,12	890,3	
Стоимость питания, руб:						55,00

Директор ОУ
 Заведующий производством
 Медицинский работник

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



*Завтрак (12 лет и старше)						
Запеканка из творога	100	7,81	3,93	12,62	127,53	ТТК 11
Каша молочная пшеничная	200	3,15	1,57	16,46	82,22	ТТК 51
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 61
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 61
Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	212,57	ТТК 10
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 61
Итого за день:	585	18,00	17,40	78,56	544,82	
Стоимость питания, руб:						146,0
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак						
Запеканка из творога	110	8,59	4,32	13,88	140,28	ТТК 11
Каша молочная пшеничная	150	2,36	1,18	12,35	61,67	ТТК 51
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 61
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 61
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 61
Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	212,57	ТТК 10
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 61
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 61
Итого:	585	19,87	25,56	87,03	664,25	
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 10
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,20	5,10	25,41	ТТК 61
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 91
Говядина отварная для I блю	10	1,36	0,97	0,08	14,42	ТТК 91
Пельмени отварные	200	9,06	12,00	22,56	233,73	ТТК 51
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 61
Напиток Мишутка	200	0,55	0,10	15,19	59,75	ТТК 10
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 61
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 61
Итого:	790	20,51	20,11	95,63	622,24	
Итого за день:	1 375	40,38	45,67	182,66	1 286,49	
Стоимость питания, руб:						414,0
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 10
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,20	5,10	25,41	ТТК 61
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 91
Говядина отварная для I блю	10	1,36	0,97	0,08	14,42	ТТК 91
Пельмени отварные	200	9,06	12,00	22,56	233,73	ТТК 51
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 61
Напиток Мишутка	200	0,55	0,10	15,19	59,75	ТТК 10
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 61
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 61
Итого:	790	20,51	20,11	95,63	622,24	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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



*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Запеканка из творога	110	8,59	4,32	13,88	140,28	ТТК 1170
Каша молочная пшеничная	150	2,36	1,18	12,35	61,67	ТТК 511
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	212,57	ТТК 1055
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:	585	19,87	25,56	87,03	664,25	
Итого за день:	1 375	40,38	45,67	182,66	1 286,49	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Запеканка из творога	110	8,59	4,32	13,88	140,28	ТТК 1170
Каша молочная пшеничная	150	2,36	1,18	12,35	61,67	ТТК 511
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	212,57	ТТК 1055
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:	585	19,87	25,56	87,03	664,25	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,20	5,10	25,41	ТТК 676
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 913/1
Говядина отварная для I блю	10	1,36	0,97	0,08	14,42	ТТК 910
Пельмени отварные	200	9,06	12,00	22,56	233,73	ТТК 524
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Напиток Мишутка	200	0,55	0,10	15,19	59,75	ТТК 1031
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:	790	20,51	20,11	95,63	622,24	
Итого за день:	1 375	40,38	45,67	182,66	1 286,49	
Стоимость питания, руб:						414,00
*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Груша печёная	100	0,40	0,30	27,07	103,78	ТТК 1004
Запеканка из творога (б/сахара)	100	7,81	3,93	12,62	127,53	ТТК 1170/1
Каша молочная пшеничная (б/сахара)	150	5,34	3,07	24,03	144,39	ТТК 986
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Какао с молоком (б/сахара)	200	3,33	3,13	5,39	60,93	ТТК 958
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	600	19,00	19,91	80,76	578,2	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник

Озерова В. В.
Мальцева А. Г.
Обухова Л. И.




*СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Помидор свежий дольками	65	0,70	0,13	3,32	16,52	ТТК 676
Говядина отварная для I блюд	10	1,36	0,97	0,08	14,42	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зелены	200	7,71	3,66	22,42	184,42	ТТК 920/1
Пельмени отварные	200	9,06	12,00	22,56	233,73	ТТК 524
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Компот из кураги (б/сахара)	200	1,04	0,06	13,80	51,74	ТТК 981
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	730	22,11	19,07	87,13	631,34	
Итого за день:	1 330	41,11	38,98	167,89	1 209,54	
Стоимость питания, руб:						414,00
*ГПД (7 -11 лет) Обед						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 913/1
Говядина отварная для I блюд	5	0,68	0,49	0,04	7,21	ТТК 910
Пельмени отварные	200	9,06	12,00	22,56	233,73	ТТК 524
Напиток Мишутка	180	0,49	0,09	13,67	53,77	ТТК 1031
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:	635	18,17	17,42	76,03	511,13	
Стоимость питания, руб:						121,00
*ГПД (7 -11 лет) Полдник						
Каша молочная пшённая	160	2,52	1,26	13,17	65,78	ТТК 511
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	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:	395	4,51	8,80	32,53	218,85	
Стоимость питания, руб:						35,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

