



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

РФ, ХМАО-Югра, г.  
Акционерное общ  
МБООУ № 10

Структурное подразделение

010 (СОШ № 10)

МБООУ

МБООУ № 10

Материально-ответственное лицо

Чалышева А. Г.

Дата

30.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы			
<b>Льготное питание ( 12 лет и старше) СД</b>							
Завтрак	Каша молочная пшённая (б/сахара)	150	5,34	3,07	24,03	145,14	ТТК 986
Завтрак	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,09	ТТК 657
Завтрак	Запеканка из творога (б/сахара)	110	8,59	4,32	13,88	128,8	ТТК 1170/1
Завтрак	Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Завтрак	Какао с молоком (б/сахара)	200	3,33	3,13	5,39	63,03	ТТК 958
Завтрак	Груша печеная (б/сахара)	100	0,46	0,34	14,93	64,64	ТТК 1013
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>		<b>610</b>	<b>19,75</b>	<b>23,31</b>	<b>69,79</b>	<b>569,04</b>	
Обед	Помидор свежий дольками	100	1,08	0,2	5,1	25,41	ТТК 676/1
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	4,55	4,34	16,72	124,11	ТТК 913/1
Обед	Говядина отварная для I блюд	22	4,2	2,14	0,14	36,61	ТТК 910
Обед	Сметана	14	0,34	1,85	0,46	20,08	ТТК 664
Обед	Паста Школьная с томатом	250	16,24	18,82	52,64	444,92	ТТК 894
Обед	Компот из смеси сухофруктов (б/сахара)	200	0,98	0,05	12,56	54,61	ТТК 960
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
<b>Итого:</b>		<b>821</b>	<b>29,19</b>	<b>34,9</b>	<b>99,75</b>	<b>829,81</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>	
<b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>							
Завтрак	Каша молочная пшённая	200	4,05	2,57	21,46	162,22	ТТК 511
Завтрак	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,09	ТТК 657
Завтрак	Запеканка из творога	110	10,85	3,31	31	155,38	ТТК 1170
Завтрак	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664
Завтрак	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Завтрак	Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	213,99	ТТК 1055
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>		<b>655</b>	<b>24,22</b>	<b>31,55</b>	<b>112,86</b>	<b>835,86</b>	
Обед	Помидор свежий дольками	102	1,1	0,2	5,2	25,92	ТТК 676/1
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	5,69	5,42	20,9	155,14	ТТК 913/1
Обед	Говядина отварная для I блюд	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 910
Обед	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664
Обед	Паста Школьная с томатом	250	16,24	18,82	52,64	444,92	ТТК 894
Обед	Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>912</b>	<b>33,95</b>	<b>31,93</b>	<b>117,85</b>	<b>890,79</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>	

Директор ОУ  
Заведующий  
Медицинский работник

Озерова Е.

Чалышева А. Г.

Обухова Л. И.

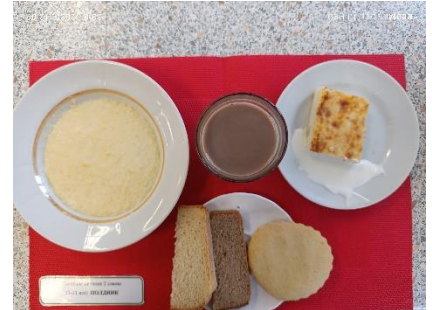




Льготное питание ( 7 -11 лет)							
Обед	Помидор свежий дольками	100	1,08	0,2	5,1	25,41	ТТК 676/1
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	5,69	5,42	20,9	155,14	ТТК 913/1
Обед	Говядина отварная для I блюд	27	5,16	2,63	0,17	44,93	ТТК 910
Обед	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Обед	Паста Школьная с томатом	250	16,24	18,82	52,64	444,92	ТТК 894
Обед	Напиток Мишутка	180	0,96	0,1	13,5	53,87	ТТК 1031
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>882</b>	<b>33,13</b>	<b>30,97</b>	<b>116,17</b>	<b>872,13</b>	
Полдник	Каша молочная пшённая	150	3,04	1,93	16,1	121,67	ТТК 511
Полдник	Масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,12	ТТК 657
Полдник	Залепанка из творога	110	10,85	3,31	31	155,38	ТТК 1170
Полдник	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Полдник	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Полдник	Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	213,99	ТТК 1055
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>		<b>600</b>	<b>23</b>	<b>33,21</b>	<b>107,23</b>	<b>813,99</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>414,00</b>
Льготное питание ( 7 -11 лет)							
Завтрак	Каша молочная пшённая	150	3,04	1,93	16,1	121,67	ТТК 511
Завтрак	Масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,12	ТТК 657
Завтрак	Залепанка из творога	110	10,85	3,31	31	155,38	ТТК 1170
Завтрак	Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Завтрак	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Завтрак	Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	213,99	ТТК 1055
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>		<b>600</b>	<b>23</b>	<b>33,21</b>	<b>107,23</b>	<b>813,99</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>414,00</b>
Завтрак (7 - 11 лет)							
Завтрак	Каша молочная пшённая	180	3,65	2,31	19,31	146	ТТК 511
Завтрак	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	ТТК 657
Завтрак	Залепанка из творога	100	9,86	3,01	28,18	141,25	ТТК 1170
Завтрак	Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,52	ТТК 664
Завтрак	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Завтрак	Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	213,99	ТТК 1055
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>600</b>	<b>22,38</b>	<b>21,76</b>	<b>107,27</b>	<b>717,94</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>166,00</b>
Обед (7 -11 лет)							
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	5,69	5,42	20,9	155,14	ТТК 913/1
Обед	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664
Обед	Говядина отварная для I блюд	21	4,01	2,04	0,13	34,94	ТТК 910
Обед	Паста Школьная с томатом	250	16,24	18,82	52,64	444,92	ТТК 894
Обед	Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
Обед	Залепанка из творога	100	9,86	3,01	28,18	141,25	ТТК 1170
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>		<b>901</b>	<b>40,99</b>	<b>33,87</b>	<b>140,84</b>	<b>991,13</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>248,00</b>

Директор ОУ  
Заведующий  
Медицинский работник

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



Бесплатное питание (12 лет и старше) 2 - 3							
Завтрак	Огурец свежий	22	0,17	0,02	0,75	3,43	ТТК 675/1
Завтрак	Пюре картофельное	180	6,44	9,09	52,21	316,41	ТТК 907
Завтрак	Чай с лимоном	180	0,21	0,35	6,38	25,02	ТТК 614
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>		<b>407</b>	<b>8,49</b>	<b>9,71</b>	<b>70,38</b>	<b>398,87</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>55,00</b>
Завтрак (12 лет и старше)							
Завтрак	Каша молочная пшѐнная	200	4,05	2,57	21,46	162,22	ТТК 511
Завтрак	Залепанка из творога	90	8,87	2,71	25,36	127,13	ТТК 1170
Завтрак	Сметана	13	0,32	1,72	0,43	18,65	ТТК 664
Завтрак	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Завтрак	Сметаник	50	4,02	9,48	28,14	213,99	ТТК 1055
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>578</b>	<b>20,04</b>	<b>17,58</b>	<b>95,44</b>	<b>630,1#</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>146,00</b>
ГПД полдник							
Полдник	Каша молочная пшѐнная	160	3,24	2,06	17,17	129,78	ТТК 511
Полдник	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,85	ТТК 657
Полдник	Чай с сахаром	200	0,19	5,9	7,22	29,01	ТТК 618
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	5,10	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>393</b>	<b>5,21</b>	<b>5,11</b>	<b>36,5</b>	<b>269,63</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>35,00</b>
ГПД (7 -11 Лет) Обед							
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	4,55	4,34	16,72	124,11	ТТК 913/1
Обед	Говядина отварная для I блюда	0,009			0,01		ТТК 910
Обед	Паста Школьная с томатом	250	16,24	18,82	52,64	444,92	ТТК 894
Обед	Напиток Мишутка	190	1,02	0,1	14,25	56,87	ТТК 1031
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>		<b>690,01</b>	<b>25,2</b>	<b>23,76</b>	<b>106,65</b>	<b>737,92</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>121,00</b>

Директор ОУ  
Заведующий  
Медицинский работник



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

