

Структурное подразделение

010 (СОШ № 10)

МБОУ

МБОУ СОШ № 10

Материально ответственное лицо

Чалышева А. Г.

Дата

17.04.2025

**МЕНЮ**

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Питание 12 лет и старше</b>						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	5,87	3,29	25,83	157,32	ТТК 506
Масло сливочное	9	0,07	3,83	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
<b>Итого:</b>	<b>434</b>	<b>8,72</b>	<b>8,22</b>	<b>46</b>	<b>324,94</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>55,00</b>
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	5,87	3,29	25,83	157,32	ТТК 506
Масло сливочное	10	0,08	4,25	0,13	66,06	ТТК 657
Сырники	90	3,19	6,92	14,4	138,14	ТТК 1193
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>670</b>	<b>14,07</b>	<b>15,82</b>	<b>85,3</b>	<b>551,51</b>	
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	70	1,4	0,21	6,23	30,31	ТТК 674/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	200	2,96	6,62	20,71	113,09	ТТК 642/1
Говядина отварная для I блюд	10	3,01	2,12		31,09	ТТК 631/2
Молоко сгущенное	30	2,54	2,53	15,96	95,22	ТТК 662
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Митболы с сыром	100	2,27	4,26	0,58	96,11	ТТК 544/1
Горошница	180	4,35	3,09	29,91	172,44	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</b>	<b>21,02</b>	<b>19,44</b>	<b>111,51</b>	<b>710,56</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	70	1,4	0,21	6,23	30,31	ТТК 674/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	200	2,96	6,62	20,71	113,09	ТТК 642/1
Говядина отварная для I блюд	10	3,01	2,12		31,09	ТТК 631/2
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Митболы с сыром	100	2,27	4,26	0,58	96,11	ТТК 544/1
Горошница	180	4,35	3,09	29,91	172,44	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>811</b>	<b>18,47</b>	<b>16,9</b>	<b>95,55</b>	<b>615,34</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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



*Handwritten signature*

Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	5,87	3,29	25,83	157,32	ТТК 506
Масло сливочное	10	0,08	4,25	0,13	66,06	ТТК 657
Сырники	90	3,19	6,92	14,4	138,14	ТТК 1193
Молоко сгущенное	30	2,54	2,53	15,96	95,22	ТТК 662
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>700</b>	<b>16,61</b>	<b>18,35</b>	<b>101,26</b>	<b>646,73</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>					<b>430,00</b>	

#### Льготное питание ( 12 лет и старше)

Каша гречневая с филе индейки	300	9,07	5,08	23	293,88	ТТК 892
Огурец свежий	90	0,71	0,08	3,09	14,05	ТТК 675/1
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>750</b>	<b>13,63</b>	<b>5,68</b>	<b>66,41</b>	<b>455,74</b>	
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюда	10	3,01	2,12		31,09	ТТК 631/2
Сосиски отварные	100	5,45	8,74		82,31	ТТК 518
Картофель, запеченный из отварного	190	3,97	5,75	38,87	208,79	ТТК 904
Помидор свежий дольками	35	0,38	0,07	1,79	8,9	ТТК 676/1
Морс ягодный	200			24,08	91,36	ТТК 971
Хлеб "Прибрежный", 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>841</b>	<b>22,26</b>	<b>23,45</b>	<b>108,25</b>	<b>687,68</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>					<b>430,00</b>	

#### Завтрак (7 - 11 лет)

Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	5,87	3,29	25,83	157,32	ТТК 506
Масло сливочное	10	0,08	4,25	0,13	66,06	ТТК 657
Сырники	90	3,19	6,92	14,4	138,14	ТТК 1193
Молоко сгущенное	25	2,12	2,11	13,3	79,35	ТТК 662
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
<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>15,71</b>	<b>17,92</b>	<b>84,74</b>	<b>603,03</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>					<b>172,00</b>	

#### Обед (7 -11 лет)

Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	60	1,2	0,18	5,34	25,98	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	20	6,02	4,23		62,18	ТТК 631/2
Сметана	16	0,39	2,11	0,53	22,95	ТТК 664
Митболы с сыром	100	2,27	4,26	0,58	96,11	ТТК 544/1
Горошница	200	4,83	3,43	33,23	191,6	ТТК 570
Напиток "Мишутка"	180	0,96	0,1	13,5	53,87	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>877</b>	<b>22,79</b>	<b>23,09</b>	<b>102,19</b>	<b>706,49</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>					<b>258,00</b>	

#### Завтрак (12 лет и старше)

Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	250	7,34	4,11	32,29	196,66	ТТК 506
Масло сливочное	10	0,08	4,25	0,13	66,06	ТТК 657
Сырники	45	1,59	3,46	7,2	69,07	ТТК 1193
Молоко сгущенное	20	1,7	1,69	10,64	63,48	ТТК 662
Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Сыр порционно	18	2,6	3,89		37,72	ТТК 1034
<b>Итого:</b>	<b>568</b>	<b>16,09</b>	<b>18,5</b>	<b>70,31</b>	<b>541,14</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>					<b>146,00</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



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

**ГПД (7 -11 Лет) Обед**

Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) ПФ	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642/1
Голубцы "Ленивые"	100	8,2	6,78	9,3	130	ТТК 1450
Каша гречневая рассыпчатая	230	1,29	3,21	10,16	122,71	ТТК 571
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
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
Сметана	23	0,57	3,04	0,76	32,99	ТТК 664
<b>Итого:</b>	<b>853</b>	<b>17,37</b>	<b>22,18</b>	<b>76,23</b>	<b>566,85</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>					<b>121,00</b>	

**ГПД полдник**

Каша молочная пшеничная	150	4,96	2,12	23	132,06	ТТК 510
Масло сливочное	4	0,03	1,7	0,05	26,42	ТТК 657
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Кофейный напиток	180	0,95	0,77	7,24	45,14	ТТК 611
<b>Итого:</b>	<b>359</b>	<b>7,67</b>	<b>4,83</b>	<b>42,3</b>	<b>261,63</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>					<b>35,00</b>	

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



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