

134

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение Столовая МБОУ СОШ № 45 корпус 2 МБОУ МБОУ СОШ №45
 Материально-ответственное лицо Гудкова Л.У. Дата 10.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Сыр плавленый "Дружба"	16	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Винегрет овощной	95	1,31	10,15	9,91	132,4	ТТК 670
Спагетти отварные	180	6,5	8,81	6,38	1,45	ТТК 680
Гуляш из филе индейки	250	13,83	12,10	30,60	292	ТТК 522
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	626	20,10	26,68	83,00	650,2	
Стоимость питания, руб:						166,00
Обед (7 -11 лет)						
Сыр плавленый "Дружба"	15	0	0	12,15	48	ТТК 1072
Котлета Морское диво	100	9,55	3,95	7,71	149	ТТК 536/1
Салат из свежей капусты с морковью	100	1,52	4,98	6,59	73,56	ТТК 677
Суп картофельный с рисом с зеленью	230	7,28	14,17	26,17	151,89	ТТК 641/1
Фрикадельки	20	2,56	2,17	0,29	100,77	ТТК 2011
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Каша гречневая рассыпчатая	220	4,68	7,02	33,99	233,29	ТТК 571
Морс ягодный	200	0	0	24,16	91,36	ТТК 971
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Фаготтини	50	1,97	11,84	33,85	253,21	ТТК 606
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Итого за день:	990	31,95	48,61	170,91	1 263,94	
Стоимость питания, руб:						248,00
Льготное питание I смена (7 -11 лет)- завтрак						
Сыр плавленый "Дружба"	16	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Винегрет овощной	100	1,31	10,15	9,91	132,4	ТТК 670
Спагетти отварные	180	5,6	8,81	6,38	6,38	ТТК 680
Гуляш из филе индейки	120	13,83	12,10	30,60	292	ТТК 522
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	656	27,84	29,42	83,80	745,09	

Директор ОУ
 Шеф-повар
 Медицинский работник

Шинкаренко Н.А.
 Гудкова Л.У.
 Сургутская А. В.

Льготное питание I смена (7 -11 лет)-							
Обед							
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1	92,74
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 585	30,02
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 673/1	29,05
Говядина отварная для I блюд	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 631	42,37
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 638/1	15,78
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664	5,21
Напиток Грушенька	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626	4,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	4,24
Итого:	937	32,88	33,25	125,08	931,42		228,73
Итого за день:	1 582	53,41	64,87	219,88	1 637,3		414,00
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-							
Обед							
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1	90,34
Капуста тушеная	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 585	29,24
Овощная нарезка (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 673/1	28,30
Говядина отварная для I блюд	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 631	41,28
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 638/1	15,38
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664	5,08
Напиток Грушенька	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626	4,62
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,46
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	4,13
Итого:	937	32,88	33,25	125,08	931,42		222,83
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-							
Полдник							
Мандарин	115	1,41	3,30	9,10	71	ТТК 1178	53,18
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым луком	100	1,23	10,00	6,56	80,62	ТТК 1199/2	31,94
Плов из индейки	250	14,62	18,14	47,68	413,81	ТТК 527	93,60
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	9,33	35,55	ТТК 628	3,86
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	4,46
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	4,13
Итого:	650	20,67	31,95	95,71	712,98		191,17
Итого за день:	1 587	53,55	65,20	220,79	1 644,4		414,00

Директор ОУ
Шеф-повар
Медицинский работник

Шинкаренко Н.А.
Гудкова Л.У.
Сургутская А. В.

СД Льготное питание II смена (7 -11 лет)- Полдник						
Сыр плавленый "Дружба"	16	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Винегрет овощной	100	1,31	10,15	9,91	132,4	ТТК 670
Помидор свежий дольками	30	0,75	0,14	3,57	17,79	ТТК 676
Спагетти отварные	180	5,60	8,26	4,87	47,11	ТТК 680
Гуляш из филе индейки	120	13,83	12,10	30,60	292	ТТК 522
Чай с лимоном (б/сахара)	200	0,23	0,05	0,36	3,26	ТТК 956
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Итого:	681	26,38	26,33	67,97	651,65	
Итого за день:	1 686	57,10	61,59	185,88	1 591,29	
Стоимость питания, руб:						414,00
ГПД полдник						
Вареники с картофелем отварные	110	4,81	5,31	33,89	205,97	ТТК 502
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Итого за день:	310	5,00	5,35	41,11	234,98	
Стоимость питания, руб:						35,00



Директор ОУ
Шеф-повар
Медицинский работник

Шинкаренко Н.А.
Гудкова Л.У.
Сургутская А. В.