

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение	045 (СОШ № 45 корпус 1)	МБОУ	МБОУ СОШ № 45 корпус 1
Материально-ответственное лицо	Халилова Т. Б.	Дата	11.04.2025

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
		белки	жиры	углеводы			
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618	2,17
Каша гречневая рассыпчатая	200	1,12	2,79	8,83	106,7	ТТК 571	20,65
Напиток "Каркаде"	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628	3,87
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК	61,57
Пюре картофельное	200	1,67	4,54	24	86,89	ТТК 589	40,17
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627	11,05
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500	41,28
Гуляш из филе индейки	100	10,12	11,35	13,21	161,96	ТТК 890	66,62
Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392	30,87
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604	7,56
Наггетсы из птицы	1						58,66
Капуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 585	32,28
Напиток "Грушенька"	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626	4,61
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	200	2,96	6,62	20,71	113,09	ТТК 642	12,48
Паста с филе индейки в сливочном соусе	200	9,43	4,04	16,94	215,46	ТТК 522	87,23
Сметана	30	0,74	3,96	0,99	43,03	ТТК 664	19,28
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629	28,35
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,44	ТТК 637	11,34
Сдоба сырная	75	8,2	6,75	31,37	219	ТТК 1186	28,88
Плетенка с колбасой	100	10,42	10,72	27,65	248,75	ТТК 1123	51,57
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	8,9	43,3	ТТК 674/1	45,97
Винегрет овощной	100	1,31	10,16	9,91	100,13	ТТК 670	23,92
Салат из свежей капусты с морковью	100	1,52	4,98	6,58	77,28	ТТК 677/1	13,92
Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,42	1,81	7,08	50,31	ТТК 678/1	21,54
Салат Метелка	100	1,43	5,14	9,88	91,54	ТТК 1120/1	17,88
Салат из свеклы с сыром	100	6,05	9,06	8,48	139,69	ТТК 1109	33,15

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

1 - 1

Шинкаренко Н. А.
Халилова Т. Б.
Юмакаева Р. А.

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение	045 (СОШ № 45 корпус 1)	МБОУ	МБОУ СОШ № 45 корпус 1
Материально-ответственное лицо	Халилова Т. Б.	Дата	11.04.2025

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Питание 12 лет и старше						
Каша гречневая рассыпчатая	200	1,12	2,79	8,83	106,7	ТТК 571
Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1
Напиток "Каркаде"	180	0,02	0,01	4,11	9,27	ТТК 628
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	465	3,28	3,1	26,04	179,34	
Стоимость питания, руб:						55,00
Завтрак (12 лет и старше)						
Огурец свежий	95	0,75	0,09	3,26	14,83	ТТК 675/1
Гуляш из филе индейки	100	10,12	11,35	13,21	161,96	ТТК 890
Греча отварная с маслом	180	4,21	9,61	39,25	285,23	ТТК 1417
Напиток "Каркаде"	180	0,02	0,01	4,11	9,27	ТТК 628
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	600	18,38	21,9	81,64	581,29	
Стоимость питания, руб:						146,00
Льготное питание (12 лет и старше)						
Наггетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Капуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 585
Огурцы консервированные	55		0,22	3,06	6,16	ТТК 1232
Напиток "Грушенька"	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	600	20,37	17,96	84,04	584,65	
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642
Говядина отварная для I блюд	15	4,95	3,48		51,09	ТТК 631/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Паста с филе индейки в сливочном соусе	250	11,79	5,05	21,18	269,32	ТТК 522
Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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
Итого:	841	28,13	22,89	84,86	745,52	
Стоимость питания, руб:						430,00
Обед (12 лет и старше)						
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК
Пюре картофельное	185	1,54	4,2	22,2	80,37	ТТК 589
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
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
Итого:	805	14,12	17,55	90,58	533,41	
Стоимость питания, руб:						146,00

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

Шинкаренко Н. А.
Халилова Т. Б.
Юмакаева Р. А.

Льготное питание (12 лет и старше)						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642
Говядина отварная для I блюд	15	4,95	3,48		51,09	ТТК 631/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Паста с филе индейки в сливочном соусе	250	11,79	5,05	21,18	269,32	ТТК 522
Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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
Итого:	841	28,13	22,89	84,86	745,52	
Наггетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Капуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 585
Огурцы консервированные	55		0,22	3,06	6,16	ТТК 1232
Напиток "Грушенька"	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	600	20,37	17,96	84,04	584,65	
Стоимость питания, руб:					430,00	
Обед (7 -11 лет)						
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	15	4,95	3,48		51,09	ТТК 631/1
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК
Пюре картофельное	200	1,67	4,54	24	86,89	ТТК 589
Помидор свежий дольками	60	0,65	0,12	3,06	15,25	ТТК 676/1
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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
Итого:	946	23,1	23,69	100,53	705	
Стоимость питания, руб:					258,00	
Льготное питание (7 -11 лет)						
Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,09	20,33	ТТК 676/1
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,44	ТТК 637
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Сметана	19	0,47	2,51	0,62	27,25	ТТК 664
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК
Пюре картофельное	150	1,25	3,41	18	65,17	ТТК 589
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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
Итого:	870	23,42	22,44	92,31	677,6	
Огурец свежий	90	0,71	0,08	3,09	14,05	ТТК 675/1
Гуляш из филе индейки	100	10,12	11,35	13,21	161,96	ТТК 890
Каша гречневая рассыпчатая	150	0,84	2,09	6,63	80,03	ТТК 571
Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	585	15,16	15,36	65,33	452,44	
Стоимость питания, руб:					430,00	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

Шинкаренко Н. А.
Халилова Т. Б.
Юмакаева Р. А.

Льготное питание (12 лет и старше) СД						
Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Наггетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Капуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 585
Напиток "Грушенька" (б/сахара)	200	0,02	0,01	0,6	2,58	ТТК 983
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Итого:	600	20,22	18,32	73,03	544,97	
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	8,9	43,3	ТТК 674/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Паста с филе индейки в сливочном соусе	250	11,79	5,05	21,18	269,32	ТТК 522
Компот из кураги	200	1,04	0,06	23,78	99,82	ТТК 1057
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	886	28,86	20,8	102,38	751,87	
Стоимость питания, руб:					430,00	
Целиакия						
Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1
Гуляш из филе индейки (б/томата, мука рис.)	100	13,34	3,84	1,58	94,28	ТТК 1025
Каша гречневая рассыпчатая	180	1,01	2,51	7,95	96,03	ТТК 571
Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392
Хлебцы Рисовые с витаминами	10	6	1	69	310	
Итого:	550	21,02	8,41	101,19	596,08	
Помидор свежий дольками	60	0,65	0,12	3,06	15,25	ТТК 676/1
Борщ со свежей капустой и картофелем(б/томата)	250	1,55	3,45	10,88	80,76	ТТК 994
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	10	3,3	2,32		34,06	ТТК 631/1
Сметана	10	0,25	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Колбаски мясные запеченые	100	13,88	12,84	5,27	192,13	ТТК 1027
Картофельное пюре (без молока, масло под)	180	3,08	4,89	25,6	158,68	ТТК 961
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Хлебцы Гречневые с витаминами	10	12	3	52	280	
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	931	35,84	28,55	126,18	913,94	
Стоимость питания, руб:					430,00	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

Шинкаренко Н. А.
Халилова Т. Б.
Юмакаева Р. А.