

**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	12.03.2025

**МЕНЮ**

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Картофель тушеный	200	2,93	7,67	28,94	140,49	ТТК 587
Огурец свежий	30	0,24	0,03	1,03	4,68	ТТК 675/1
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>5,12</b>	<b>8,33</b>	<b>49,07</b>	<b>230,97</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>55,00</b>
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Фишбол	100	7,3	7,74	2,8	112,98	ТТК 548
Рис цветной	205	3,22	1,44	7,43	64,24	ТТК 584
Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
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
<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>14,61</b>	<b>10,12</b>	<b>42,41</b>	<b>326,39</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>146,00</b>
<b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>						
Кукуруза консервированная	20	0,11	0,08	1,98	14	ТТК 672
Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Макаронные изделия отварные цветные	180	3,37	2,71	33,42	160,78	ТТК 578
Чай зеленый с сахаром	180			8,17	22,06	ТТК 613
Печенье "Кексика шоколадные"	50	1,1	5,83	13,32	101,15	ТТК1399
Сыр порционно	15	2,17	3,24		31,43	ТТК 1034
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>595</b>	<b>16,09</b>	<b>47,06</b>	<b>85,38</b>	<b>799,29</b>	
Суп из овощей с фасолью	250	1,6	3,48	9,13	70,69	ТТК 640
Говядина отварная для I блюда	25	8,24	5,8		85,15	ТТК 631/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Жаркое по - Петровски	250	15,68	15,2	18,1	307,24	ТТК 520
Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392
Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,67	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	116	ТТК 608
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	60	1,2	0,18	5,34	25,98	ТТК 674/1
<b>Итого:</b>	<b>1 041</b>	<b>34,45</b>	<b>28,76</b>	<b>159,55</b>	<b>1 036,68</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

1 - 3

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

<b>Обед (12 лет и старше)</b>						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	80	1,6	0,24	7,12	34,64	ТТК 674/1
Рассольник Ленинградский	250	1,32	6,21	7,17	92,46	ТТК 638
Котлеты "Белорусские"	100	6,42	5,85	6,9	94,16	ТТК 1446
Пюре гороховое	210	10,82	8,3	35,94	294,34	ТТК 1418
Компот из свежих яблок (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 623-70
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>890</b>	<b>23,62</b>	<b>21,17</b>	<b>91,36</b>	<b>670,84</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>145,99</b>
<b>Льготное питание (12 лет и старше)</b>						
Суп из овощей с фасолью	250	1,6	3,48	9,13	70,69	ТТК 640
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	25	8,24	5,8		85,15	ТТК 631/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Жаркое по - Петровски	250	15,68	15,2	18,1	307,24	ТТК 520
Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392
Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,67	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	116	ТТК 608
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	60	1,2	0,18	5,34	25,98	ТТК 674/1
<b>Итого:</b>	<b>1 041</b>	<b>34,45</b>	<b>28,76</b>	<b>159,55</b>	<b>1 036,68</b>	
Кукуруза консервированная	20	0,11	0,08	1,98	14	ТТК 672
Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Макаронные изделия отварные цветные	180	3,37	2,71	33,42	160,78	ТТК 578
Чай зеленый с сахаром	180			8,17	22,06	ТТК 613
Печенье "Кексика шоколадные"	50	1,1	5,83	13,32	101,15	ТТК1399
Сыр порционно	15	2,17	3,24		31,43	ТТК 1034
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>595</b>	<b>16,09</b>	<b>47,06</b>	<b>85,38</b>	<b>799,29</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>
<b>Обед (7 -11 лет)</b>						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	90	1,8	0,27	8,01	38,97	ТТК 674/1
Рассольник Ленинградский	200	1,05	4,97	5,74	73,97	ТТК 638
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	30	9,89	6,95		102,18	ТТК 631/1
Сметана	27	0,66	3,56	0,89	38,73	ТТК 664
Котлеты "Белорусские"	100	6,42	5,85	6,9	94,16	ТТК 1446
Горошница	200	4,83	3,43	33,23	191,6	ТТК 570
Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 623-50
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
Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,67	
<b>Итого:</b>	<b>913</b>	<b>28,82</b>	<b>25,68</b>	<b>144,42</b>	<b>921,95</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>258,00</b>

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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

### Льготное питание ( 7 -11 лет)

Винегрет овощной	100	1,31	10,16	9,91	100,13	ТТК 670
Рассольник Ленинградский	200	1,05	4,97	5,74	73,97	ТТК 638
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Говядина отварная для I блюда	25	8,24	5,8		85,15	ТТК 631/1
Котлеты "Белорусские"	100	6,42	5,85	6,9	94,16	ТТК 1446
Горошница	180	4,35	3,09	29,91	172,44	ТТК 570
Компот из свежих яблок (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 623-50
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
Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,67	
<b>Итого:</b>	<b>1 011</b>	<b>26,51</b>	<b>33,15</b>	<b>156,62</b>	<b>964,71</b>	
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	8,9	43,3	ТТК 674/1
Фишбол	100	7,3	7,74	2,8	112,98	ТТК 548
Рис цветной	150	2,36	1,05	5,43	47,01	ТТК 584
Печенье "Кексик шоколадные"	50	1,1	5,83	13,32	101,15	ТТК1399
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
<b>Итого:</b>	<b>650</b>	<b>16,38</b>	<b>15,81</b>	<b>60,58</b>	<b>444,24</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>

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

Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,09	20,33	ТТК 676/1
Голубцы "Ленивые"	100	8,2	6,78	9,3	130	ТТК 1388
Макаронные изделия отварные цветные	200	3,74	3,01	37,13	178,64	ТТК 578
Сыр порционно	30	4,34	6,48		62,87	ТТК 1034
Чай зеленый (б/сахара)	200					ТТК 954
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>	<b>635</b>	<b>18,81</b>	<b>16,68</b>	<b>61,55</b>	<b>445,84</b>	
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	8,9	43,3	ТТК 674/1
Суп из овощей с фасолью	250	1,6	3,48	9,13	70,69	ТТК 640
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюда	30	9,89	6,95		102,18	ТТК 631/1
Сметана	10	0,25	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Жаркое по - Петровски	200	12,54	12,16	14,48	245,79	ТТК 520
Компот из кураги (б/сахара)	200	1,04	0,06	13,8	59,9	ТТК 981
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,5	22,06	108	ТТК 609
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
<b>Итого:</b>	<b>991</b>	<b>32,04</b>	<b>25,08</b>	<b>84,2</b>	<b>687,24</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>

### Целиакия

Помидор свежий дольками	60	0,65	0,12	3,06	15,25	ТТК 676/1
Печень тушеная в соусе (мука рис.)	100	12,66	7	4,33	130,97	ТТК 1028
Рис отварной	200	4,65	4,44	48,87	254,07	ТТК 1044
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлебцы Рисовые с витаминами	100	0,6	0,1	6,9	31	
<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>18,79</b>	<b>12,05</b>	<b>70,25</b>	<b>459,09</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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

Винегрет овощной	100	1,31	10,16	9,91	100,13	ТТК 670
Рассольник домашний	250	2	4,7	15,58	112,63	ТТК 991
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Говядина отварная для I блюд	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Биточек паровой	100	13,56	14,64	4,03	202,06	ТТК 1024
Горошница (масло под)	180	20,34	6,03	42,5	305,62	ТТК 570/1
Компот из свежих яблок	200	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 623
Хлебцы Рисовые с витаминами	100	0,6	0,1	6,9	31	
Мандарин	110	0,83	0,19	9,41	41,01	ТТК 665/1
Итого:	991	45,83	43,17	100,26	932,94	
Стоимость питания, руб:						430,00

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



4 - 3

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