

**Акционерное общество «Комбинат школьного питания»**



Структурное подразделение

Материально-ответственное лицо

035 (СОШ № 45  
корпус 2)

Гудкова Л. У.

МБОУ СОШ № 45  
корпус 2

Дата 18.03.2025

**МЕНЮ**

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Чевабчичи мясные	100	11,52	13,59	1,41	181,83	ТТК 550/1
Каша перловая рассыпчатая	150	2,03	1,84	32,89	159,06	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Пюре фруктовое Фрумка	90			1,16	4,44	
<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>15,27</b>	<b>15,68</b>	<b>56,55</b>	<b>427,84</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>172,00</b>
<b>Обед (7 -11 лет)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	10	3,3	2,32		34,06	ТТК 631/1
Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Биточек "Нежный"	100	5,95	8,45	5,73	166,54	ТТК1397
Картофель, запеченный из отварного	160	3,34	4,84	32,74	175,82	ТТК 586
Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	12,71	ТТК 676/1
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
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
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
<b>Итого:</b>	<b>997</b>	<b>24,47</b>	<b>25,84</b>	<b>105,34</b>	<b>749,41</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>258,00</b>
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>						
Чевабчичи мясные	100	11,52	13,59	1,41	181,83	ТТК 550/1
Каша перловая рассыпчатая	160	2,16	1,96	35,08	169,66	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Пюре фруктовое Фрумка	90			1,16	4,44	
<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>15,4</b>	<b>15,8</b>	<b>58,74</b>	<b>438,45</b>	
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,44	ТТК 637
Говядина отварная для I блюд	15	4,95	3,48		51,09	ТТК 631/1
Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Биточек "Нежный"	100	5,95	8,45	5,73	166,54	ТТК1397
Картофель, запеченный из отварного	150	3,13	4,54	30,69	164,83	ТТК 586
Помидор свежий дольками	40	0,43	0,08	2,04	10,17	ТТК 676/1
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
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
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
<b>Итого:</b>	<b>922</b>	<b>24,45</b>	<b>24,17</b>	<b>99,25</b>	<b>712,21</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>

Директор  
Шеф-повар  
Медицинский работник



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

<b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,44	ТТК 637
Говядина отварная для I блюд	15	4,95	3,48		51,09	ТТК 631/1
Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Биточек "Нежный"	100	5,95	8,45	5,73	166,54	ТТК1397
Картофель, запеченный из отварного	150	3,13	4,54	30,69	164,83	ТТК 586
Помидор свежий дольками	40	0,43	0,08	2,04	10,17	ТТК 676/1
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
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
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
<b>Итого:</b>	<b>922</b>	<b>24,45</b>	<b>24,17</b>	<b>99,25</b>	<b>712,21</b>	
Чевабчичи мясные	100	11,52	13,59	1,41	181,83	ТТК 550/1
Каша перловая рассыпчатая	160	2,16	1,96	35,08	169,66	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Пюре фруктовое Фрумка	90			1,16	4,44	
<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>15,4</b>	<b>15,8</b>	<b>58,74</b>	<b>438,45</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>
<b>Льготное питание ( 7 -11 лет) СД</b>						
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,2	5,11	25,42	ТТК 676/1
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	30	9,89	6,95		102,18	ТТК 631/1
Сметана	30	0,74	3,96	0,99	43,03	ТТК 664
Картофель, запеченный из отварного	160	3,34	4,84	32,74	175,82	ТТК 586
Компот из кураги (б/сахара)	200	1,04	0,06	13,8	59,9	ТТК 981
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Биточек "Нежный"	100	5,95	8,45	5,73	166,54	ТТК1397
<b>Итого:</b>	<b>896</b>	<b>29,24</b>	<b>30,65</b>	<b>85,51</b>	<b>759,12</b>	
Салат из свежих огурцов	80	0,61	2,63	2,54	48,57	ТТК 679/2
Чевабчичи мясные	100	11,52	13,59	1,41	181,83	ТТК 550/1
Каша перловая рассыпчатая	200	2,7	2,45	43,85	212,08	ТТК 574
Чай зеленый (б/сахара)	200					ТТК 954
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,5	22,06	108	ТТК 609
<b>Итого:</b>	<b>630</b>	<b>18,17</b>	<b>19,17</b>	<b>69,86</b>	<b>550,47</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>
<b>Целиакия</b>						
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	15	4,95	3,48		51,09	ТТК 631/1
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Печень тушеная с картофелем (б/томата)	250	15,65	6,27	18,04	191,12	ТТК 1018
Помидор свежий дольками	40	0,43	0,08	2,04	10,17	ТТК 676/1
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
Хлебцы Рисовые с витаминами	100	0,6	0,1	6,9	31	
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,6	ТТК 1032
<b>Итого:</b>	<b>936</b>	<b>25,47</b>	<b>16,4</b>	<b>62,87</b>	<b>473</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>258,00</b>
<b>ГПД полдник</b>						
Масло сливочное	3	0,02	1,28	0,04	19,82	ТТК 657
Компот из свежих яблок (вит.50)	180	0,07	0,07	10,07	38,92	ТТК 623-50
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	150	4,4	2,47	6,11	42,99	ТТК 506
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>	<b>358</b>	<b>6,17</b>	<b>4,06</b>	<b>27,25</b>	<b>155,72</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>35,00</b>

Директор  
Шеф-повар  
Медицинский работник  
№ 45

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