

**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

19.02.2025

**МЕНЮ**

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Питание 12 лет и старше</b>						
Рис с куркумой	205	4,83	4,55	50,08	26,11	ТТК 582
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Огурец свежий	45	0,35	0,04	1,54	7,02	ТТК 675/1
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>475</b>	<b>6,92</b>	<b>4,86</b>	<b>68,2</b>	<b>101,44</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>55,00</b>
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Биточки "Чикен топ"	100	9,3	8,49	17,89	213,97	ТТК 538/1
Рис припущенный	200	2,74	5,4	42,61	182,56	ТТК 582
Огурец свежий	27	0,21	0,03	0,93	4,21	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
<b>Итого:</b>	<b>577</b>	<b>15,66</b>	<b>14,43</b>	<b>89,04</b>	<b>523,04</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>146,00</b>
<b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>						
Кукуруза консервированная	40	0,23	0,16	3,96	28	ТТК 672
Сыр порционно	25	3,61	5,4		52,39	ТТК 1034
Печень тушенная в томатном соусе	100	3,85	82,13	9	82,13	ТТК 526
Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 589
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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
Мандарин	110	0,83	0,19	9,41	41,01	ТТК 665/1
<b>Итого:</b>	<b>735</b>	<b>13,84</b>	<b>100,22</b>	<b>85,76</b>	<b>575,04</b>	
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	15	2,87	1,46	0,09	24,96	ТТК 631
Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Котлеты "Белорусские"	100	12,33	50,16	9,03	536,82	ТТК 563
Пюре гороховое	200	10,3	7,9	34,23	280,32	ТТК 1418
Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
Фруктовая лента	15	0,22	3,2	54	213,33	
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>856</b>	<b>34,51</b>	<b>74,9</b>	<b>162,17</b>	<b>1 404,95</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



1 - 2

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

## Обед (7 -11 лет)

Сыр порционно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034
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	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 631
Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664
Тефтели рыбные с соусом	100	6,65	3,6	17,61	142	ТТК 1376
Капуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 585
Огурец свежий	55	0,43	0,05	1,89	8,59	ТТК 675/1
Компот из свежих груш (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-50
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
Фруктовая лента	15	0,22	3,2	54	213,33	
<b>Итого:</b>	<b>891</b>	<b>27,51</b>	<b>31,19</b>	<b>158,15</b>	<b>959,03</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>258,00</b>

## Льготное питание ( 7 -11 лет)

Рассольник Ленинградский	250	1,32	6,21	7,17	92,46	ТТК 638
Говядина отварная для I блюд	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 631
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Сметана	22	0,54	2,9	0,72	31,56	ТТК 664
Тефтели рыбные с соусом	100	6,65	3,6	17,61	142	ТТК 1376
Капуста тушеная	190	7,81	8,14	41,32	234,73	ТТК 585
Компот из свежих груш (вит.50)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-50
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
Мандарин	110	0,83	0,19	9,41	41,01	ТТК 665/1
<b>Итого:</b>	<b>953</b>	<b>26,36</b>	<b>24,54</b>	<b>110,73</b>	<b>747,51</b>	
Сыр порционно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034
Биточки "Чикен топ"	100	9,3	8,49	17,89	213,97	ТТК 538/1
Рис припущенный	180	2,47	4,86	38,35	164,3	ТТК 582
Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Фруктовая лента	15	0,22	3,2	54	213,33	
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>565</b>	<b>18,29</b>	<b>21,38</b>	<b>137,85</b>	<b>755,81</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>

## Обед (12 лет и старше)

Рассольник Ленинградский	250	1,32	6,21	7,17	92,46	ТТК 638
Тефтели рыбные с соусом	100	6,65	3,6	17,61	142	ТТК 1376
Капуста, припущенная с томатом и овощами	200	32	62	156	420	ТТК 1425
Огурец свежий	35	0,27	0,03	1,2	5,46	ТТК 675/1
Компот из свежих груш (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-70
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>835</b>	<b>43,71</b>	<b>72,41</b>	<b>216,21</b>	<b>815,32</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>146,00</b>

## 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
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	15	2,87	1,46	0,09	24,96	ТТК 631
Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Котлеты "Белорусские"	100	12,33	50,16	9,03	536,82	ТТК 563
Пюре гороховое	200	10,3	7,9	34,23	280,32	ТТК 1418
Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
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
Фруктовая лента	15	0,22	3,2	54	213,33	
<b>Итого:</b>	<b>856</b>	<b>34,51</b>	<b>74,9</b>	<b>162,17</b>	<b>1 404,95</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



2 - 2

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

**Обед (7 -11 лет)**

Обед	Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Обед	Суп гороховый	200	6,05	4,53	20,7	141,49	ТТК 639
Обед	Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 631
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	7,57	4,23	19,17	244,9	ТТК 521
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Обед	Сыр порционно	10	1,45	2,16		20,96	ТТК 1034
Обед	Фаготтини	50	1,97	11,84	33,85	253,21	ТТК 606
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>837</b>	<b>24,69</b>	<b>25,81</b>	<b>120,81</b>	<b>896,99</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>258,00</b>

**Льготное питание (7 -11 лет)**

Обед	Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Обед	Суп гороховый	250	7,56	5,66	25,88	176,86	ТТК 639
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 631
Обед	Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	7,57	4,23	19,17	244,9	ТТК 521
Обед	Сыр порционно	18	2,6	3,89		37,72	ТТК 1034
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Обед	Фаготтини	50	1,97	11,84	33,85	253,21	ТТК 606
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	10	0,79	0,3	4,9	26	ТТК 604
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>884</b>	<b>26,55</b>	<b>28,37</b>	<b>121</b>	<b>922,69</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>430,00</b>
Полдник	Сосиски отварные	100	9,21	12,54		186	ТТК 518
Полдник	Макароны с сыром	150	4,94	5,16	21,27	159,1	ТТК 580
Полдник	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Полдник	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
<b>Итого:</b>		<b>610</b>	<b>18,17</b>	<b>18,57</b>	<b>62,74</b>	<b>541,87</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>430,00</b>

**Обед (12 лет и старше)**

Обед	Суп гороховый	250	7,56	5,66	25,88	176,86	ТТК 639
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	7,57	4,23	19,17	244,9	ТТК 521
Обед	Огурцы консервированные	45		0,18	2,51	5,04	ТТК 1232
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит.70)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-70
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>790</b>	<b>18,91</b>	<b>10,93</b>	<b>91,01</b>	<b>622,36</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>							<b>146,00</b>

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

Обед	Суп из овощей с фасолью	250	1,6	3,48	9,13	70,69	ТТК 640
Обед	Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	15	2,87	1,46	0,09	24,96	ТТК 631
Обед	Митболы с сыром	100	7,39	10,81	12,97	161,04	ТТК 544/1
Обед	Рис цветной	200	3,14	1,4	31,93	118,34	ТТК 584
Обед	Огурец свежий	75	0,59	0,07	2,57	11,71	ТТК 675/1
Обед	Компот из свежих груш (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-70
Обед	Фаготтини	50	1,97	11,84	33,85	253,21	ТТК 606
Обед	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>		<b>936</b>	<b>20,96</b>	<b>29,98</b>	<b>123,64</b>	<b>793,79</b>	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



2 - 2

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

Сыр порционнo	25	3,61	5,4		52,39	ТТК 1034
Печень тушенная в томатном соусе	100	3,85	82,13	9	82,13	ТТК 526
Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 589
Кукуруза консервированная	40	0,23	0,16	3,96	28	ТТК 672
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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
Мандарин	110	0,83	0,19	9,41	41,01	ТТК 665/1
<b>Итого:</b>	<b>735</b>	<b>13,84</b>	<b>100,22</b>	<b>85,76</b>	<b>575,04</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>430,00</b>

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



3 - 2

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