

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	21.04.2025

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры*	углеводы		
Питание 12 лет и старше						
Макаронные изделия отварные цветные	200	3,74	3,01	37,13	178,64	ТТК 578
Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	12,71	ТТК 676/1
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
Итого:	475	6,19	3,4	58,92	278,36	
Стоимость питания, руб:						55,00
Завтрак (12 лет и старше)						
Колбаса отварная	100	4,86	8,1		109,78	ТТК 516
Макаронные изделия отварные цветные	200	3,74	3,01	37,13	178,64	ТТК 578
Помидор свежий дольками	53	0,57	0,11	2,71	13,47	ТТК 676/1
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
Итого:	603	12,75	11,76	70,1	442,9	
Стоимость питания, руб:						146,00
Льготное питание (12 лет и старше)						
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК
Греча отварная с маслом	190	4,44	10,14	41,43	301,08	ТТК 1417
Помидор свежий дольками	35	0,38	0,07	1,79	8,9	ТТК 676/1
Напиток "Каркаде"	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Сыр порционно	20	2,89	4,32		41,91	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
Итого:	595	13,64	19,04	81,73	572,21	
Стоимость питания, руб:						430,00
Обед (12 лет и старше)						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642
Плов из индейки	240	9,32	7,56	15,24	216,37	ТТК 527
Огурцы консервированные	53		0,21	2,95	5,94	ТТК 1232
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
Итого:	793	16,6	16,58	74,33	504,68	
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)						
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Говядина отварная для I блюд	23	6,24	4,47		65,19	ТТК 631/1
Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Биточек "Домашний"	100	13,17	8,5	26,5	268,3	ТТК 552
Пюре картофельное	200	1,67	4,54	24	86,89	ТТК 589
Огурец свежий	25	0,2	0,02	0,86	3,9	ТТК 675/1
Компот из свежих яблок (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 623-70
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
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	978	31,19	28,01	112,42	800,94	
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК
Греча отварная с маслом	190	4,44	10,14	41,43	301,08	ТТК 1417
Помидор свежий дольками	35	0,38	0,07	1,79	8,9	ТТК 676/1
Напиток "Каркаде"	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Сыр порционнно	20	2,89	4,32		41,91	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
Итого:	595	13,64	19,04	81,73	572,21	
Стоимость питания, руб:						430,00
Обед (7 -11 лет)						
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	16	4,34	3,11		45,35	ТТК 631/1
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Плов из индейки	250	9,71	7,87	15,87	225,39	ТТК 527
Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
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
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	952	22,49	23,33	100,5	699,27	
Стоимость питания, руб:						258,00
Льготное питание (7 -11 лет)						
Говядина отварная для I блюд	20	5,42	3,89		56,69	ТТК 631/1
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
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Плов из индейки	230	8,93	7,24	14,6	207,36	ТТК 527
Компот из изюма (вит.50)	200			10,01	40,06	ТТК 622-50
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
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	876	22,31	23,22	84,26	640,35	
Помидор свежий дольками	90	0,97	0,18	4,6	22,87	ТТК 676/1
Колбаса отварная	100	4,86	8,1		109,78	ТТК 516
Макаронные изделия отварные цветные	180	3,37	2,71	33,42	160,78	ТТК 578
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Сыр порционнно	30	4,34	6,48		62,87	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
Итого:	650	17,11	18,01	68,28	497,31	
Стоимость питания, руб:						430,00

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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

2 - 3



Льготное питание (12 лет и старше) СД						
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,2	5,11	25,42	ТТК 676/1
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК
Каша гречневая рассыпчатая	180	1,01	2,51	7,95	96,03	ТТК 571
Сыр порционно	25	3,61	5,4		52,39	ТТК 1034
Напиток "Каркаде" (б/сахара)	200	0,04		0,22	1,06	ТТК 955
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	630	9,93	12,36	35,21	326,92	
Огурец свежий	100	0,79	0,09	3,43	15,62	ТТК 675/1
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
Сметана	30	0,74	3,96	0,99	43,03	ТТК 664
Говядина отварная для I блюда	10	2,71	1,94		28,34	ТТК 631/1
Биточек "Домашний"	100	13,17	8,5	26,5	268,3	ТТК 552
Пюре картофельное	230	1,92	5,23	27,6	99,92	ТТК 589
Компот из свежих яблок (б/сахара)	200	0,08	0,07	2,11	9,38	ТТК 980
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	40	3,14	1,18	19,6	104	ТТК 604
Итого:	961	28,07	26,91	96,35	700,83	
Стоимость питания, руб:						430,00
Целиакия						
Помидор свежий дольками	60	0,65	0,12	3,06	15,25	ТТК 676/1
Колбаски мясные запеченые	100	13,88	12,84	5,27	192,13	ТТК 1027
Капуста тушеная (б/ томата, мука рис)	180	3,27	4,93	13,61	111,87	ТТК 967
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлебцы Рисовые с витаминами	10	6	1	69	310	
Итого:	550	23,98	18,93	98,16	658,26	
Щи из свежей капусты с картофелем без томата	250	1,68	4,58	9,87	87,36	ТТК 951
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюда	15	4,07	2,92		42,52	ТТК 631/1
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Плов из индейки (б/томата)	250	20,72	16,19	53,04	440,69	ТТК 992
Огурцы консервированные	40		0,16	2,23	4,48	ТТК 1232
Компот из смеси сухофруктов	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624
Хлебцы Гречневые с витаминами	10	12	3	52	280	
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	896	39,92	29,83	150,73	1 025,48	
Стоимость питания, руб:						430,00

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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