

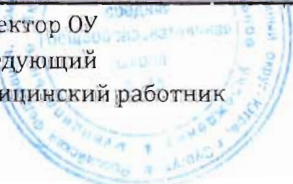
Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение	045 (СОШ № 45 корпус 1)	МБОУ	МБОУ СОШ № 45 корпус 1
Материально-ответственное лицо	Халилова Т. Б.	Дата	31.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы			
Бесплатное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Макароны с сыром	235	7,74	8,08	33,33	249,26	ТТК 580
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:		460	9,43	8,34	48,93	313,56	
Стоимость питания, руб:						55,00	
Завтрак (12 лет и старше)							
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	230	5,38	8,07	28,05	222,32	ТТК 571
Завтрак	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	100	1,23	10	5,49	116,86	ТТК 1:99/2
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Яблоко	115	0,46	0,01	13,28	26,67	ТТК 669
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	116	ТТК 608
Итого:		795	16,49	53,28	80,85	850,02	
Стоимость питания, руб:						146,00	
Льготное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	130	1,6	13	7,14	151,92	ТТК 1199/2
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	230	5,38	8,07	28,05	222,32	ТТК 571
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Сыр порционно	30	4,34	6,48		62,87	ТТК 1034
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	116	ТТК 608
Завтрак	Яблоко	130	0,52	0,01	15,02	30,15	ТТК 669
Итого:		870	21,25	62,76	84,23	951,42	
Стоимость питания, руб:						414,00	
Обед (7 -11 лет)							
Обед	Винегрет овощной	150	1,42	11,07	10,81	144,44	ТТК 670
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Фрикадельки	30	3,84	3,26	0,37	46,18	ТТК 2011
Обед	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	230	1,92	5,23	37,95	189,11	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		1010	27,67	45,12	121,17	1012,03	
Стоимость питания, руб:						414,00	
Обед (7 -11 лет)							
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Фрикадельки	30	3,84	3,26	0,37	46,18	ТТК 2011
Обед	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	220	1,83	5	36,3	180,89	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Мандарин	110	0,83	0,19	9,41	41,01	ТТК 665/1
Обед	Огурец свежий	35	0,27	0,03	1,2	5,46	ТТК 675/1
Итого:		995	27,27	34,05	119,32	905,85	
Стоимость питания, руб:						248,00	
Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Итого:		200	0,02	0,01	4,57	10,3	

Директор ОУ
 Заведующий
 Медицинский работник



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

Обед	Винегрет овощной	130	1,23	9,6	9,37	125,18	ТТК 670
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Фрикадельки	35	4,48	3,8	0,43	53,87	ТТК 2011
Обед	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	230	1,92	5,23	37,95	189,11	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		995	28,12	44,19	119,79	1 000,47	
Полдник	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	125	1,54	12,5	6,86	146,08	ТТК 1199/2
Полдник	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Полдник	Каша гречневая рассыпчатая	230	5,38	8,07	28,05	222,32	ТТК 571
Полдник	Сыр порционно	30	4,34	6,48		62,87	ТТК 1034
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	116	ТТК 608
Полдник	Яблоко	130	0,52	0,01	15,02	30,15	ТТК 669
Итого:		665	21,17	62,25	79,39	935,28	
Стоимость питания, руб:							414,00

Обед (12 лет и старше)

Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Пюре картофельное	210	1,75	4,77	34,65	172,67	ТТК 589
Обед	Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 613
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Помидор свежий дольками	20	0,22	0,04	1,02	5,08	ТТК 676/1
Обед	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Итого:		830	21,78	30,09	99,04	752,05	
Стоимость питания, руб:							146,00

Льготное питание (12 лет и старше)

Обед	Винегрет овощной	150	1,42	11,07	10,81	144,44	ТТК 670
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Фрикадельки	30	3,84	3,26	0,37	46,18	ТТК 2011
Обед	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	230	1,92	5,23	37,95	189,11	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		1 010	27,67	45,12	121,17	1 012,03	

Полдник	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	130	1,6	13	7,14	151,92	ТТК 1199/2
Полдник	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Полдник	Каша гречневая рассыпчатая	230	5,38	8,07	28,05	222,32	ТТК 571
Полдник	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Полдник	Сыр порционно	30	4,34	6,48		62,87	ТТК 1034
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	116	ТТК 608
Полдник	Яблоко	130	0,52	0,01	15,02	30,15	ТТК 669
Итого:		870	21,25	62,76	84,23	951,42	
Стоимость питания, руб:							414,00

Льготное питание (12 лет и старше) СД

Завтрак	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	135	1,66	13,5	7,41	157,76	ТТК 1199/2
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	230	5,38	8,07	28,05	222,32	ТТК 571
Завтрак	Напиток Каркаде (б/сахара)	200	0,04		0,22	1,06	ТТК 955
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Завтрак	Апельсин	210	1,89	0,42	21,57	59,64	ТТК 1032
Итого:		900	16,59	56,93	73,73	852,65	

Директор ОУ
Заведующий
Медицинский работник

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

Обед	Винегрет овощной	140	1,32	10,34	10,09	134,81	ТТК 670
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Фрикадельки	30	3,84	3,26	0,37	46,18	ТТК 2011
Обед	Сметана	30	0,73	3,96	0,98	43,03	ТТК 664
Обед	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	230	1,92	5,23	37,95	189,11	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника (б/сахара)	200	0,68	0,28	14,3	62,44	ТТК 982
Обед	Сыр плавленый порц.	16	1,69	2,56	0,86	33,24	
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Груша	160	0,64	0,48	16,31	81,1	ТТК 665
Итого:		1 181	28,91	51,13	123,14	1 081,69	
Стоимость питания, руб:							414,00
Целиакия							
Завтрак	Биточек паровой	100	13,56	14,64	4,03	202,06	ТТК 1024
Завтрак	Капуста тушеная (б/ томата, мука рис)	200	3,63	5,48	15,12	124,3	ТТК 967
Завтрак	Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
Завтрак	Яблоко	140	0,56	0,01	16,17	32,47	ТТК 669
Итого:		640	18,81	20,23	50,32	418,69	
Обед	Винегрет овощной	100	0,95	7,38	7,21	96,29	ТТК 670
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Говядина отварная для 1 блюд	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 631
Обед	Тефтели на пару (б/томата,рис,мука)	100	8,86	12,89	10,91	195,09	ТТК 1011
Обед	Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Мандарин	100	0,75	0,18	8,55	37,28	ТТК 665/1
Обед	Хлебцы Рисовые с витаминами	10					
Итого:		990	26,55	43,59	106,06	909,6	
Стоимость питания, руб:							414,00

Директор ОУ
Заведующий
Медицинский работник



3 - 2

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