

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

035 (СОШ № 45
корпус 2)

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут
Акционерное общество
«Комбинат школьного питания»
МБОУ СОШ № 45
корпус 2

Материально-ответственное лицо

Гудкова Л. У.

Дата 31.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)							
Завтрак	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	80	0,99	8	4,39	93,49	ТТК 1199/2
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,21	6,31	21,95	173,99	ТТК 571
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Мандарин	110	0,83	0,19	9,41	41,01	ТТК 665/1
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Итого:		695	13,72	49,46	57,77	734,66	
Стоимость питания, руб:							142,76
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	29	3,71	3,15	0,36	44,64	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
Обед	Мандарин	115	0,86	0,2	9,84	42,87	ТТК 665/1
Обед	Сыр порционно	10	1,45	2,16		20,96	ТТК 1034
Итого:		984	28,43	36,3	120,18	929,89	
Стоимость питания, руб:							248,00
Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
Завтрак	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	100	1,23	10	5,49	116,86	ТТК 1199/2
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	24,39	193,32	ТТК 571
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Сыр порционно	15	2,17	3,24		31,43	ТТК 1034
Завтрак	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Яблоко	130	0,52	0,01	15,02	30,15	ТТК 669
Итого:		790	17,86	55,81	76,72	849,93	
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	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	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	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:		930	26,94	40,75	112,62	939,22	
Стоимость питания, руб:							336,55
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
Шеф-повар
Медицинский работник

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



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	Фрикадельки	31	3,97	3,37	0,38	47,72	ТТК 2011	
Обед	Фишбол	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548	
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	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:		931	27,07	40,86	112,63	940,76		
Полдник	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	100	1,23	10	5,49	116,86	ТТК 1199/2	
Полдник	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	24,39	193,32	ТТК 571	
Полдник	Сыр порционно	30	4,34	6,48		62,87	ТТК 1034	
Полдник	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604	
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
Полдник	Яблоко	130	0,52	0,01	15,02	30,15	ТТК 669	
Полдник	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431	
Итого:		605	20,01	59,04	72,15	871,06		
Стоимость питания, руб:							390,76	
Льготное питание (7 -11 лет) СД								
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	Фрикадельки	27	3,46	2,93	0,33	41,56	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	200	1,67	4,54	33	164,44	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	
Итого:		948	27,26	46,69	98,96	932,79		
Полдник	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431	
Полдник	Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленым лу	100	1,23	10	5,49	116,86	ТТК 1199/2	
Полдник	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	24,39	193,32	ТТК 571	
Полдник	Напиток Каркаде (б/сахара)	200	0,04		0,22	1,06	ТТК 955	
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609	
Полдник	Груша	150	0,6	0,45	15,29	76,03	ТТК 665	
Итого:		775	14,17	52,41	61,86	799,14		
Стоимость питания, руб:							377,60	
Обед (7 -11 лет)								
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 I блюда	25	4,78	2,43	0,15	41,6	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	Груша	130	0,52	0,39	13,25	65,9	ТТК 665	
Обед	Хлебцы Гречневые с витаминами	10						
Итого:		1 015	25,36	43,32	110,72	929,89		
Стоимость питания, руб:							248,00	
ГПД полдник								
Полдник	Печенье сдобное "Ромбики" коричные с сахаром	75	5,22	13,37	49,35	338,6	ТТК 1054	
Полдник	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,85	ТТК 657	
Полдник	Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614	
Итого:		283	5,51	19,55	56,55	419,24		
Стоимость питания, руб:							35,00	

Директор ОУ
Шеф-повар
Медицинский работник

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