



000281

Томская область
г. Сургут
Сургутское городское муниципальное
предприятие «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ»

Сургутское городское муниципальное унитарное предприятие «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

Столовая МБОУ
СОШ № 3

МБОУ

МБОУ СОШ №3

Материально-ответственное лицо

Рубан А.А.

Дата

15.04.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Завтрак (7 - 11 лет)					
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180
Макароны с сыром	170	9,36	11,71	33,25	276,53
Зелень (укроп, петрушка)	1,98	0,06	0,01	0,17	0,87
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	60	0,65	0,12	2,23	14,4
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	577	26,34	28,05	68,88	628,1
*Обед (7 - 11 лет)					
Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,02	2,25	15,88	96
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180
Говядина отварная для I блюд	30	24,41	17,50	0	255,12
Макароны с сыром	175	9,64	12,05	34,23	284,67
Зелень (укроп, петрушка)	0,34	0,01	0	0,03	0,15
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	60	0,65	0,12	2,23	14,4
Компот "Сливовый № 2" (вит.50)	200	0,22	0,06	24,13	92,96
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	860	51,52	47,78	100,31	1 033,3
*Бесплатное питание (с 12 лет)					
Макароны по-Европейски	200	7,41	9,60	42,70	288
Зелень (укроп, петрушка)	1,02	0,03	0	0,09	0,45
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	30	0,32	0,06	1,12	7,2
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	456	11,18	10,32	65,34	399,95
*Завтрак (12 лет и старше)					
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180
Макароны с сыром	180	9,91	12,40	35,21	292,8
Зелень (укроп, петрушка)	0,58	0,02	0	0,05	0,26
Огурцы свежие, нарезка	20	0,16	0,01	0,49	2,67
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	546	26,36	28,62	68,98	632,03

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

15.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Обед (12 лет и старше)					
Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,02	2,25	15,88	96
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Зелень (укроп, петрушка)	1,65	0,05	0,01	0,14	0,73
Компот "Сливовый № 2" (вит.70)	200	0,22	0,07	24,13	92,98
Батончик "На здоровье"					
пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	777	23,63	23,49	109,27	733,51
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак					
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180
Макароны с сыром	180	9,91	12,40	35,21	292,8
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	55	0,59	0,11	2,05	13,2
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Батончик "На здоровье"					
пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	580	26,77	28,72	70,49	642,3
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,85	9,92	3,89	106,83
Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,02	2,25	15,88	96
Говядина отварная для I блюда	10	8,14	5,83	0	85,04
Говядина, тушенная с тыквой (2 вариант)	100	15,43	11,45	4,61	182
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38
Зелень (укроп, петрушка)	1,91	0,06	0,01	0,16	0,84
Компот "Сливовый № 2" (вит.50)	200	0,22	0,06	24,13	92,96
Батончик "На здоровье"					
пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116
Итого:	912	35,16	35,27	111,17	902,05
Итого:	1492	61,93	63,99	181,66	1544,35
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,85	9,92	3,89	106,83
Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,02	2,25	15,88	96
Говядина отварная для I блюда	10	8,14	5,83	0	85,04
Говядина, тушенная с тыквой (2 вариант)	100	15,43	11,45	4,61	182
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38
Зелень (укроп, петрушка)	1,91	0,06	0,01	0,16	0,84
Компот "Сливовый № 2" (вит.50)	200	0,22	0,06	24,13	92,96
Батончик "На здоровье"					
пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116
Итого:	912	35,16	35,27	111,17	902,05

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

15.04.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Полдник					
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180
Макароны с сыром	180	9,91	12,40	35,21	292,8
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	55	0,59	0,11	2,05	13,2
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	580	26,77	28,72	70,49	642,3
Итого:	1 492	61,93	63,99	181,66	1 544,35
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак					
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180
Макароны с сыром	180	9,91	12,40	35,21	292,8
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	55	0,59	0,11	2,05	13,2
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	580	26,77	28,72	70,49	642,3
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,85	9,92	3,89	106,83
Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,02	2,25	15,88	96
Говядина отварная для I блюда	10	8,14	5,83	0	85,04
Говядина, тушеная с тыквой (2 вариант)	100	15,43	11,45	4,61	182
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38
Зелень (укроп, петрушка)	1,78	0,05	0,01	0,15	0,78
Компот "Сливовый № 2" (вит.70)	200	0,22	0,07	24,13	92,98
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116
Итого:	912	35,15	35,28	111,16	902,01
Итого:	1 492	61,92	64,00	181,65	1 544,31
*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,85	9,92	3,89	106,83
Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,02	2,25	15,88	96
Говядина отварная для I блюда	10	8,14	5,83	0	85,04
Говядина, тушеная с тыквой (2 вариант)	100	15,43	11,45	4,61	182
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38
Зелень (укроп, петрушка)	1,78	0,05	0,01	0,15	0,78
Компот "Сливовый № 2" (вит.70)	200	0,22	0,07	24,13	92,98
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,50	24,02	116
Итого:	912	35,15	35,28	111,16	902,01

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

15.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник					
Сосиски отварные	100	11,28	14,96	2,00	180
Макароны с сыром	180	9,91	12,40	35,21	292,8
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	55	0,59	0,11	2,05	13,2
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	580	26,77	28,72	70,49	642,3
Итого:	1 492	61,92	64,00	181,65	1 544,31
Дополнительное питание II смена (7 -11 лет)					
Зразы ленивые с соусом	100	8,67	10,71	11,41	176
Картофель отварной	180	3,43	4,66	28,68	170,38
Зелень (укроп, петрушка)	0,2	0,01	0	0,02	0,09
Огурцы свежие, нарезка	35	0,28	0,02	0,86	4,67
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	560	17,38	16,64	72,20	507,44

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.