

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

003 (СОШ № 3)

МБОУ

МБОУ СОШ № 3

Материально-ответственное лицо

Рубан А. А.

Дата

17.02.2025

МЕНЮ

Наименование блюд		Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)							
Завтрак	Сосиски отварные	100	9,21	12,54		186	ТТК 518
Завтрак	Макароны с сыром	185	6,09	6,36	26,24	196,22	ТТК 580
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:		645	19,32	19,78	67,71	578,99	
Стоимость питания, руб:							172,20
Обед (7 -11 лет)							
Обед	Сыр порционно	20	2,89	4,32		41,91	ТТК 1034
Обед	Суп гороховый ПФ	200	6,05	4,53	20,7	141,49	ТТК 639/1
Обед	Говядина отварная для I блюд	15	42,51	34,22	0,2	478,84	ТТК 1407
Обед	Зелень свежая	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Обед	Огурцы консервированные	61		0,24	3,4	6,83	ТТК 1232
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	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
Итого:		842	64,8	60,24	120,86	1 363,18	
Стоимость питания, руб:							258,73
Бесплатное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Макароны с сыром	200	6,59	6,88	28,37	212,13	ТТК 580
Завтрак	Огурцы консервированные	27		0,11	1,5	3,02	ТТК 1232
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		452	8,5	7,28	49,1	302,17	
Стоимость питания, руб:							55,52
Завтрак (12 лет и старше)							
Завтрак	Сосиски отварные	100	9,21	12,54		186	ТТК 518
Завтрак	Макароны с сыром	190	6,26	6,53	26,95	201,53	ТТК 580
Завтрак	Помидор свежий дольками	25	0,27	0,05	1,28	6,35	ТТК 676/1
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:		565	19,32	19,67	58,48	534,89	
Стоимость питания, руб:							146,70
Обед (12 лет и старше)							
Обед	Огурцы консервированные	42		0,16	2,34	4,7	ТТК 1232
Обед	Суп гороховый ПФ	250	7,56	5,66	25,88	176,86	ТТК 639/1
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Обед	Компот из смеси сухофруктов (вит. 70)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-70
Обед	Гренки "На здоровье"	20	1,57	0,59	9,8	51,74	ТТК 1443
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		787	18,9	10,92	90,84	621,77	
Стоимость питания, руб:							151,23

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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

Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Сосиски отварные	100	9,21	12,54		186	ТТК 518
Завтрак	Макароньы с сыром	180	5,93	6,19	25,53	190,92	ТТК 580
Завтрак	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:		640	19,16	19,6	67	573,69	
Обед	Огурцы консервированные	56		0,22	3,12	6,27	ТТК 1232
Обед	Суп гороховый ПФ	200	6,05	4,53	20,7	141,49	ТТК 639/1
Обед	Зелень свежая	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 910
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Обед	Сыр порционнo	10	1,45	2,16		20,96	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	Гренки "На здоровье"	20	1,57	0,59	9,8	51,74	ТТК 1443
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		832	24,66	25,79	120,51	895,85	
Стоимость питания, руб:							434,88
Льготное питание (7 -11 лет)							
Обед	Огурцы консервированные	57		0,22	3,17	6,38	ТТК 1232
Обед	Суп гороховый ПФ	200	6,05	4,53	20,7	141,49	ТТК 639/1
Обед	Зелень свежая	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Обед	Говядина отварная для I блюд	20	3,82	1,95	0,12	33,28	ТТК 910
Обед	Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Обед	Сыр порционнo	10	1,45	2,16		20,96	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	Гренки "На здоровье"	20	1,57	0,59	9,8	51,74	ТТК 1443
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		833	24,66	25,79	120,56	895,96	
Стоимость питания, руб:							435,24
Льготное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Тефтели рыбные с соусом ПФ	100	0,09	5,38	0,88	52,31	ТТК 1376/1
Завтрак	Картофель тушеный	180	2,64	6,9	26,05	126,44	ТТК 906
Завтрак	Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Завтрак	Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		640	6,79	13,49	68,27	374,3	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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



Обед	Огурец свежий	72	0,56	0,07	2,47	11,24	ТТК 675/1	
Обед	Суп из овощей с фасолью ПФ	200	1,28	2,79	7,3	56,55	ТТК 640/1	
Обед	Зелень свежая	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 910	
Обед	Митболы с сыром	100	7,39	10,81	12,97	161,04	ТТК 544/1	
Обед	Рис цветной	180	2,83	1,26	28,74	106,51	ТТК 584	
Обед	Компот из свежих груш (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ГТК 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	
Итого:		863	20,3	29,14	118,52	767,35		
Стоимость питания, руб:							430,16	
Льготное питание (12 лет и старше)								
Обед	Огурец свежий	72	0,56	0,07	2,47	11,24	ТТК 675/1	
Обед	Суп из овощей с фасолью ПФ	200	1,28	2,79	7,3	56,55	ТТК 640/1	
Обед	Зелень свежая	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 910	
Обед	Митболы с сыром	100	7,39	10,81	12,97	161,04	ТТК 544/1	
Обед	Рис цветной	180	2,83	1,26	28,74	106,51	ТТК 584	
Обед	Компот из свежих груш (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ГТК 1237-70	
Обед	Фаготтини	50	1,97	11,84	33,85	253,21	ТТК 606	
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608	
Обед	Гренки "На здоровье"	20	1,57	0,59	9,8	51,74	ТТК 1443	
Итого:		863	20,3	29,13	118,52	767,1		
Полдник	Тефтели рыбные с соусом ПФ	100	0,09	5,38	0,88	52,31	ТТК 1376/1	
Полдник	Картофель тушеный	180	2,64	6,9	26,05	126,44	ТТК 906	
Полдник	Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614	
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	
Итого:		640	6,79	13,49	68,27	374,3		
Стоимость питания, руб:							434,51	
Дополнительное питание								
Полдник	Сосиски отварные	100	9,21	12,54		186	ТТК 518	
Полдник	Макаронные изделия отварные	200	4,89	3,87	32,46	183,77	ТТК 577	
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	Помидор свежий дольками	20	0,22	0,04	1,02	5,08	ТТК 676/1	
Итого:		545	16,18	16,75	51,73	457,86		
Стоимость питания, руб:							121,06	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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

