



000141

РФ, ХМАО-Югра, с. Сургут
Акционерное общество
«Комбинат школьного питания»

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение Столовая МБОУ СОШ № 3 МБОУ МБОУ СОШ №3

Материально-ответственное лицо Рубан А.А. Дата 18.12.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	150	5,81	3,43	19,37	130,11	ТТК 506
Творожник с кокосом	110	10,29	17,14	33,61	328,6	ТТК 514
Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,24	ТТК 657
Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	47,61	ТТК 662
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	627	20,50	28,39	98,13	721,55	
Стоимость питания, руб:						166,00
*Обед (7 -11 лет)						
Говядина отварная для 1 блюд	10	1,36	0,97	0,08	14,42	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зелеными	200	7,71	3,66	22,42	184,42	ТТК 920/1
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Рис припущенный	150	2,06	4,05	36,66	191,12	ТТК 582
Напиток Мишутка	180	0,48	0,10	13,17	53,87	ТТК 1031
Груша	100	0,40	0,30	13,10	50,69	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Итого за день:	805	25,68	22,27	116,50	795,55	
Стоимость питания, руб:						248,00
*Бесплатное питание (с 12 лет)						
Вареники с картофелем отварные	150	6,56	7,24	46,21	280,86	ТТК 502
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Чай зеленый с сахаром	180	0	0	8,17	22,06	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого за день:	365	8,52	8,81	66,72	375,26	
Стоимость питания, руб:						55,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*Завтрак (12 лет и старше)						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506
Творожник с кокосом	80	7,49	12,46	24,45	238,98	ТТК 514
Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	ТТК 657
Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	31,74	ТТК 662
Какао с молоком	180	0,95	0,77	8,10	45,14	ТТК 610
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	620	19,15	22,90	91,73	641,19	
Стоимость питания, руб:						146,00
*Обед (12 лет и старше)						
Говядина отварная для 1 блюд	5	0,68	0,49	0,04	7,21	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1
Рис припущенный	210	2,88	5,67	51,32	267,57	ТТК 582
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
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 за день:	815	26,32	22,65	112,86	798,79	
Стоимость питания, руб:						146,00
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	ТТК 514
Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	95,22	ТТК 662
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	ТТК 1050
Итого:	745	28,07	36,53	145,53	1 009,16	
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1
Говядина отварная для 1 блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582
Напиток Мишутка	200	0,53	0,11	14,63	59,86	ТТК 1031
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Итого:	920	30,06	25,47	122,00	876	
Итого за день:	1 665	58,13	62,00	267,53	1 885,16	
Стоимость питания, руб:						414,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582
Напиток Мишутка	200	0,53	0,11	14,63	59,86	ТТК 1031
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Итого:	920	30,06	25,47	122,00	876	
*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	ТТК 514
Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	95,22	ТТК 662
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	ТТК 1050
Итого:	745	28,07	36,53	145,53	1 009,16	
Итого за день:	1 665	58,13	62,00	267,53	1 885,16	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	ТТК 514
Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	95,22	ТТК 662
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	ТТК 1050
Итого:	745	28,07	36,53	145,53	1 009,16	
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582
Напиток Мишутка	200	0,53	0,11	14,63	59,86	ТТК 1031
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Итого:	920	30,06	25,47	122,00	876	
Итого за день:	1 665	58,13	62,00	267,53	1 885,16	
Стоимость питания, руб:						414,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	0,89	0,13	3,96	19,24	ТТК 674/1
Говядина отварная для I блюд	20	2,73	1,95	0,17	28,83	ТТК 910
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	9,64	4,57	28,02	230,52	ТТК 920/1
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	11,03	3,35	153,69	ТТК 950/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Рис припущенный	180	2,47	4,86	43,99	229,35	ТТК 582
Напиток Мишутка	200	0,53	0,11	14,63	59,86	ТТК 1031
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Итого:	920	30,06	25,47	122,00	876	
*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	7,75	4,58	25,83	173,47	ТТК 506
Творожник с кокосом	120	11,23	18,69	36,67	358,47	ТТК 514
Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	95,22	ТТК 662
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Груша	120	0,48	0,36	15,72	60,83	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Печенье Злаковое	50	3,67	9,25	29,65	213,01	ТТК 1050
Итого:	745	28,07	36,53	145,53	1 009,16	
Итого за день:	1 665	58,13	62,00	267,53	1 885,16	
Стоимость питания, руб:						414,00
Дополнительное питание II смена (7 -11 лет)						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	180	6,97	4,12	23,25	156,13	ТТК 506
Творожник с кокосом	90	8,42	14,02	27,50	268,86	ТТК 514
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	ТТК 657
Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	47,61	ТТК 662
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	520	19,33	27,77	80,22	646,82	
Стоимость питания, руб:						121,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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