

**Акционерное общество «Комбинат школьного питания»**

000271

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

Структурное подразделение

003 (СОШ № 3)

МБОУ

МБОУ СОШ № 3

Материально-ответственное лицо

Рубан А. А.

Дата

31.03.2025



**МЕНЮ**

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Сосиски отварные	100	5,45	8,74		82,31	ТТК 518
Макароны с сыром	190	6,26	6,53	26,95	201,53	ТТК 580
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	650	15,73	16,14	68,42	480,61	
Стоимость питания, руб:						172,00
<b>Обед (7 - 11 лет)</b>						
Огурец свежий	55	0,43	0,05	1,89	8,59	ТТК 675/1
Суп гороховый	200	6,05	4,53	20,7	141,49	ТТК 639/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	15	4,52	3,17		46,63	ТТК 631/2
Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Сыр порционно	16	2,31	3,46		33,53	ТТК 1034
Фаготтини	50	0,21	8,27	13,75	50,4	ТТК 606
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	832	24,89	24,58	99,05	721,54	
Стоимость питания, руб:						258,00
<b>Питание 12 лет и старше</b>						
Макароны с сыром	200	6,59	6,88	28,37	212,13	ТТК 580
Огурцы консервированные	20		0,08	1,11	2,24	ТТК 1232
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	445	8,5	7,25	48,71	301,38	
Стоимость питания, руб:						55,00
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Сосиски отварные	100	5,45	8,74		82,31	ТТК 518
Макароны с сыром	180	5,93	6,19	25,53	190,92	ТТК 580
Помидор свежий дольками	28	0,3	0,06	1,43	7,12	ТТК 676/1
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
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:	558	15,26	15,53	57,22	421,36	
Стоимость питания, руб:						146,00
<b>Обед (12 лет и старше)</b>						
Суп гороховый	250	7,56	5,66	25,88	176,86	ТТК 639/1
Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Огурец свежий	38	0,3	0,03	1,3	5,93	ТТК 675/1
Компот из смеси сухофруктов (вит.70)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-70
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	788	19,3	10,45	91,04	625,25	
Стоимость питания, руб:						146,00

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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





**Льготное питание ( 7 -11 лет)**

Сосиски отварные	100	5,45	8,74		82,31	ТТК 518
Макароны с сыром	180	5,93	6,19	25,53	190,92	ТТК 580
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	640	15,4	15,8	67	470	
Огурец свежий	70	0,55	0,06	2,4	10,93	ТТК 675/1
Суп гороховый	200	6,05	4,53	20,7	141,49	ТТК 639/1
Говядина отварная для I блюд	20	6,02	4,23		62,18	ТТК 631/2
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Фаготтини	50	0,21	8,27	13,75	50,4	ТТК 606
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	836	24,2	22,19	99,57	705,9	
Стоимость питания, руб:						430,00

**Льготное питание ( 7 -11 лет)**

Огурец свежий	70	0,55	0,06	2,4	10,93	ТТК 675/1
Суп гороховый	200	6,05	4,53	20,7	141,49	ТТК 639/1
Говядина отварная для I блюд	20	6,02	4,23		62,18	ТТК 631/2
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Каша гречневая с филе индейки	250	7,56	4,23	19,17	244,9	ТТК 892
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	85,56	ТТК 624-50
Фаготтини	50	0,21	8,27	13,75	50,4	ТТК 606
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	836	24,2	22,19	99,57	705,9	
Сосиски отварные	100	5,45	8,74		82,31	ТТК 518
Макароны с сыром	180	5,93	6,19	25,53	190,92	ТТК 580
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	640	15,4	15,8	67	470	
Стоимость питания, руб:						430,00

**Льготное питание ( 12 лет и старше)**

Тефтели рыбные с соусом ПФ	100	6,65	3,6	17,61	142	ТТК 1376/1
Картофель тушеный	180	2,64	6,9	26,05	126,44	ТТК 906
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	640	13,35	11,72	85	464	
Суп из овощей с фасолью ПФ	250	1,6	3,48	9,13	70,69	ТТК 640/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	15	4,52	3,17		46,63	ТТК 631/2
Митболы с сыром	100	2,27	4,26	0,58	96,11	ТТК 544/1
Рис цветной	180	2,83	1,26	6,52	56,41	ТТК 584
Огурец свежий	68	0,53	0,06	2,33	10,62	ТТК 675/1
Компот из свежих груш (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-70
Фаготтини	50	0,21	8,27	13,75	50,4	ТТК 606
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	909	15,36	21,42	65,4	484,7	
Стоимость питания, руб:						430,00

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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





Льготное питание ( 12 лет и старше)						
Суп из овощей с фасолью ПФ	250	1,6	3,48	9,13	70,69	ТТК 640/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для I блюд	15	4,52	3,17		46,63	ТТК 631/2
Митболы с сыром	100	2,27	4,26	0,58	96,11	ТТК 544/1
Рис цветной	180	2,83	1,26	6,52	56,41	ТТК 584
Огурец свежий	68	0,53	0,06	2,33	10,62	ТТК 675/1
Компот из свежих груш (вит.70)	200	0,08	0,07	11,19	43,4	ТТК 1237-70
Фаготтини	50	0,21	8,27	13,75	50,4	ТТК 606
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	909	15,36	21,42	65,4	484,7	
Тефтели рыбные с соусом ПФ	100	6,65	3,6	17,61	142	ТТК 1376/1
Картофель тушеный	180	2,64	6,9	26,05	126,44	ТТК 906
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Груша	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТК 665
Итого:	640	13,35	11,72	85	464	
Стоимость питания, руб:						430,00
<b>Полдник</b>						
Сосиски отварные	100	5,45	8,74		82,31	ТТК 518
Макаронные изделия отварные	200	4,89	3,87	32,46	183,77	ТТК 577
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Помидор свежий дольками	20	0,22	0,04	1,02	5,08	ТТК 676/1
Итого:	545	12,41	12,94	51,73	354,17	
Стоимость питания, руб:						121,00

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

3 - 2



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