

# Меню на 11.09.2024 год Корпус 1

## Меню



Свердловское городское муниципальное унитарное предприятие «Комбинат школьного питания»

Столовая МБОУ СОШ № 22 корпус 1 МБОУ МБОУ СОШ № 22 ИМЕНИ Г.Ф. ПОНОМАРЕВА  
 Структурное подразделение МБОУ  
 Материально-ответственное лицо Гусейнова З.Ш. Дата 11.09.2024

### МЕНЮ

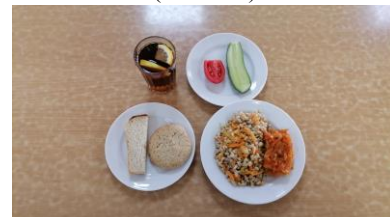
Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Овощное ассорти	110	0,98	0,14	4,36	20,9	ТТК 674
Каша перловая с овощами	210	5,78	9,74	49,53	277,48	ТТК 575
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
Печенье Злаковое	50	3,29	9,00	28,81	205,6	ТТК 1050
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>27,06</b>	<b>25,03</b>	<b>125,00</b>	<b>777,78</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>166,00</b>
<b>Обед (7 - 11 лет)</b>						
Котлеты Белорусские*	100	19,75	19,73	10,93	271	ТТК 563
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Огурец свежий	80	0,63	0,08	2,74	12,48	ТТК 675
Борщи со свежей капустой и картофелем	250	1,57	4,55	21,39	164	ТТК 637
Говядина отварная для I блюд	42	11,42	8,16	0,34	120,96	ТТК 631
Рис с куркумой	200	4,66	4,66	50,79	249,47	ТТК 582
Напиток Грушенька	200	0,02	0,02	14,57	37	ТТК 626
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>942</b>	<b>42,13</b>	<b>38,06</b>	<b>140,60</b>	<b>1 038,91</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>248,00</b>
<b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>						
Вареники с картофелем отварные	160	6,99	7,73	49,29	299,2	ТТК 502
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>7,22</b>	<b>8,12</b>	<b>58,38</b>	<b>337</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>55,00</b>
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Огурец свежий	70	0,55	0,07	2,40	10,92	ТТК 675
Каша перловая рассыпчатая	185	5,28	4,71	44,82	220,77	ТТК 574
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
Печенье Злаковое	50	3,29	9,00	28,81	205,6	ТТК 1050
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>26,13</b>	<b>19,93</b>	<b>118,33</b>	<b>711,09</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>146,00</b>

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник

Постникова Л.А.  
 Гусейнова З.Ш.  
 Даврик Е.Я.

## Фотографии блюд

Завтрак для учащихся 1-4 классов, питающихся бесплатно (1 смена)



Обед для учащихся 1-4 классов, питающихся бесплатно (2 смена)



Бесплатное питание 5-11 классы



<b>Обед (12 лет и старше)</b>						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,57	4,55	21,39	164	ТТК 637
Сметана	27	0,66	3,56	0,88	38,72	ТТК 664
Каша перловая рассыпчатая	180	5,14	4,58	43,61	214,8	ТТК 574
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
Печенье Злаковое	50	3,29	9,00	28,81	205,6	ТТК 1050
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>862</b>	<b>27,67</b>	<b>27,84</b>	<b>136,99</b>	<b>896,92</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>146,00</b>
<b>ГПД (7-11 лет)-Обед</b>						
Котлеты Белорусские*	100	19,75	19,73	10,93	271	ТТК 563
Свекольник с зеленью	200	2,11	3,08	9,70	81,3	ТТК 632
Рис с куркумой	200	4,66	4,66	50,79	249,47	ТТК 582
Напиток Каркаде	200	0,04	0	9,31	35,4	ТТК 628
Гренки из пшеничного хлеба	22	2,26	0,30	15,33	74,62	ТТК 599
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>	<b>747</b>	<b>30,49</b>	<b>28,02</b>	<b>107,09</b>	<b>765,79</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>122,20</b>
<b>ГПД (7-11 лет)-Полдник</b>						
Напиток Грушенька	200	0,02	0,02	14,57	37	ТТК 626
Печенье сдобное Листики	105	7,16	26,43	75,12	560,39	ТТК 1049
<b>Итого:</b>	<b>305</b>	<b>7,18</b>	<b>26,45</b>	<b>89,69</b>	<b>597,39</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>33,80</b>
<b>Итого:</b>	<b>1 052</b>	<b>37,67</b>	<b>54,47</b>	<b>196,78</b>	<b>1 363,18</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>156,00</b>
<b>Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак</b>						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Овощное ассорти	107	0,95	0,14	4,24	20,33	ТТК 674
Каша перловая с овощами	200	5,51	9,28	47,17	264,27	ТТК 575
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
Печенье Злаковое	50	3,29	9,00	28,81	205,6	ТТК 1050
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>712</b>	<b>26,76</b>	<b>24,57</b>	<b>122,52</b>	<b>764</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>169,77</b>

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Постникова Л.А.  
Гусейнова З.Ш.  
Лаврик Е.Я.

Завтрак платное питание 5-11  
классы (1 смена)



Обед платное питание 5-11  
классы (2 смена)



ГПД – обед



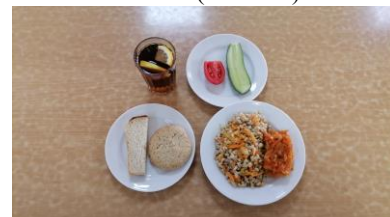
ГПД - полдник

<b>Льготное питание I смена ( 7 -11 лет)-Обед</b>						
Котлеты Белорусские*	100	19,75	19,73	10,93	271	ТТК 563
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,82	ТТК 675
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,57	4,55	21,39	164	ТТК 637
Говядина отварная для I блюд	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Рис с куркумой	200	4,66	4,66	50,79	249,47	ТТК 582
Напиток Грушенька	200	0,02	0,02	14,57	37	ТТК 626
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>945</b>	<b>38,98</b>	<b>35,74</b>	<b>141,02</b>	<b>1 006,69</b>	
Стоимость питания, руб:						244,23
<b>Итого:</b>	<b>1 657</b>	<b>65,74</b>	<b>60,31</b>	<b>263,54</b>	<b>1 770,69</b>	
Стоимость питания, руб:						414,00
<b>Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Обед</b>						
Котлеты Белорусские*	100	19,75	19,73	10,93	271	ТТК 563
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,82	ТТК 675
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,57	4,55	21,39	164	ТТК 637
Говядина отварная для I блюд	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Рис с куркумой	200	4,66	4,66	50,79	249,47	ТТК 582
Напиток Грушенька	200	0,02	0,02	14,57	37	ТТК 626
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>945</b>	<b>38,98</b>	<b>35,74</b>	<b>141,02</b>	<b>1 006,69</b>	
Стоимость питания, руб:						244,23
<b>Итого:</b>	<b>1 657</b>	<b>65,74</b>	<b>60,31</b>	<b>263,54</b>	<b>1 770,69</b>	
Стоимость питания, руб:						414,00
<b>Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Полдник</b>						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Овощное ассорти	107	0,95	0,14	4,24	20,33	ТТК 674
Каша перловая с овощами	200	5,51	9,28	47,17	264,27	ТТК 575
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
Печенье Злаковое	50	3,29	9,00	28,81	205,6	ТТК 1050
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>712</b>	<b>26,76</b>	<b>24,57</b>	<b>122,52</b>	<b>764</b>	
Стоимость питания, руб:						169,77
<b>Итого:</b>	<b>1 657</b>	<b>65,74</b>	<b>60,31</b>	<b>263,54</b>	<b>1 770,69</b>	
Стоимость питания, руб:						414,00
<b>Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Завтрак</b>						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Овощное ассорти	107	0,95	0,14	4,24	20,33	ТТК 674
Каша перловая с овощами	200	5,51	9,28	47,17	264,27	ТТК 575
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
Печенье Злаковое	50	3,29	9,00	28,81	205,6	ТТК 1050
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>712</b>	<b>26,76</b>	<b>24,57</b>	<b>122,52</b>	<b>764</b>	
Стоимость питания, руб:						169,77

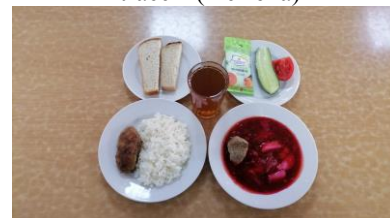
Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

Постникова Л.А.  
Гусейнова З.Ш.  
Лаврик Е.Я.

**Завтрак льготная категория 1-4  
классы (1 смена)**



**Обед льготная категория 1-4  
классы (1 смена)**



**Обед льготная категория 1-4  
классы (2 смена)**



**Полдник льготная категория 1-4  
классы (2 смена)**



Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед						
Котлеты Белорусские*	100	19,75	19,73	10,93	271	ТТК 563
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,82	ТТК 675
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,57	4,55	21,39	164	ТТК 637
Говядина отварная для 1 блюда	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Рис с куркумой	200	4,66	4,66	50,79	249,47	ТТК 582
Напиток Грушенька	200	0,02	0,02	14,57	37	ТТК 626
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	945	38,98	35,74	141,02	1 006,69	
Стоимость питания, руб:						244,23
Итого:	1 657	65,74	60,31	263,54	1 770,69	414,00
Стоимость питания, руб:						
Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Обед						
Котлеты Белорусские*	100	19,75	19,73	10,93	271	ТТК 563
Фруктовые пастилки	15	0,15	0,02	12,45	51	ТТК 1073
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,82	ТТК 675
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,57	4,55	21,39	164	ТТК 637
Говядина отварная для 1 блюда	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Рис с куркумой	200	4,66	4,66	50,79	249,47	ТТК 582
Напиток Грушенька	200	0,02	0,02	14,57	37	ТТК 626
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	945	38,98	35,74	141,02	1 006,69	
Стоимость питания, руб:						244,23
Итого:	1 657	65,74	60,31	263,54	1 770,69	414,00
Стоимость питания, руб:						
Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Полдник						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Овощное ассорти	107	0,95	0,14	4,24	20,33	ТТК 674
Каша перловая с овощами	200	5,51	9,28	47,17	264,27	ТТК 575
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 614
Печенье Злаковое	50	3,29	9,00	28,81	205,6	ТТК 1050
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	712	26,76	24,57	122,52	764	
Стоимость питания, руб:						169,77
Итого:	1 657	65,74	60,31	263,54	1 770,69	414,00
Стоимость питания, руб:						
СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Завтрак						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	42,45	237,84	ТТК 575
Чай с лимоном (б/сахара)	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 956
Яблоко	120	0,48	0,48	13,73	58,8	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Итого:	620	20,09	14,73	80,89	489,44	
Стоимость питания, руб:						175,96

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Постникова Л.А.  
Гусейнова З.Ш.  
Лаврик Е.Я.

Завтрак льготная категория 5-11  
классы (1 смена)



Обед льготная категория 5-11  
классы (1 смена)



Обед льготная категория 5-11  
классы (2 смена)



Полдник льготная категория 5-11  
классы (2 смена)



СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед						
Котлеты Белорусские*	100	19,75	19,73	10,93	271	ТТК 563
Огурец свежий	30	0,24	0,03	1,03	4,68	ТТК 675
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,57	4,55	21,39	164	ТТК 637
Говядина отварная для I блюд	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Рис с куркумой	180	4,19	4,19	45,71	224,52	ТТК 582
Напиток Грушенька (б/сахара)	200	0,02	0,02	9,55	37	ТТК 983
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>36,14</b>	<b>34,94</b>	<b>104,23</b>	<b>862,6</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>238,04</b>
<b>Итого:</b>	<b>1 440</b>	<b>56,23</b>	<b>49,67</b>	<b>185,12</b>	<b>1 352,04</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>
СД Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Обед						
Котлеты Белорусские*	100	19,75	19,73	10,93	271	ТТК 563
Огурец свежий	30	0,24	0,03	1,03	4,68	ТТК 675
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	1,57	4,55	21,39	164	ТТК 637
Говядина отварная для I блюд	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Рис с куркумой	180	4,19	4,19	45,71	224,52	ТТК 582
Напиток Грушенька (б/сахара)	200	0,02	0,02	9,55	37	ТТК 983
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ТТК 607
<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>36,14</b>	<b>34,94</b>	<b>104,23</b>	<b>862,6</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>476,09</b>
СД Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Полдник						
Рыба тушеная в томате с овощами*	100	12,85	4,92	5,82	103	ТТК 566
Каша перловая с овощами	180	4,96	8,35	42,45	237,84	ТТК 575
Чай с лимоном (б/сахара)	200	0,23	0,39	9,09	37,8	ТТК 956
Яблоко	120	0,48	0,48	13,73	58,8	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
<b>Итого:</b>	<b>620</b>	<b>20,09</b>	<b>14,73</b>	<b>80,89</b>	<b>489,44</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>351,91</b>
<b>Итого:</b>	<b>1 440</b>	<b>56,23</b>	<b>49,67</b>	<b>185,12</b>	<b>1 352,04</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>828,00</b>

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

Постникова Л.А.  
Гусейнова З.Ш.  
Лаврик Е.Я.

СД – льготная категория. Завтрак



СД – льготная категория. Обед



--	--