

Меню на 14.03.2025 год Корпус 1

Меню



Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут
Акционерное общество
«Комбинат школьного питания»
МБОУ СОШ № 22

022 (СОШ № 22
корпус 1)

МБОУ корпус 1

Исполнительное подразделение
МБОУ СОШ № 22

Гусейнова З. Ш.

Дата 14.03.2025

МЕНЮ

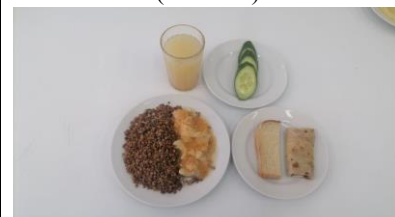
Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание (7 -11 лет)						
Огурец свежий	90	0,71	0,08	3,09	14,05	ТТК 675/1
Гуляш из филе индейки	100	10,12	11,35	13,21	161,96	ТТК 890
Каша гречневая рассыпчатая	150	0,84	2,09	6,63	80,03	ТТК 571
Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392
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:	585	15,16	15,36	65,33	452,44	
Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,09	20,33	ТТК 676/1
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,44	ТТК 637
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для 1 блюда	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Тфтели рыбные с соусом	100	6,65	3,6	17,61	142	ТТК 1376
Пюре картофельное	150	1,25	3,41	18	65,17	ТТК 589
Напиток из плодов шиповника	200	0,88	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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:	866	27,45	21,51	98,89	715,83	
Стоимость питания, руб.						430,00
Льготное питание (7 -11 лет)						
Помидор свежий дольками	80	0,86	0,16	4,09	20,33	ТТК 676/1
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,44	ТТК 637
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для 1 блюда	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Тфтели рыбные с соусом	100	6,65	3,6	17,61	142	ТТК 1376
Пюре картофельное	150	1,25	3,41	18	65,17	ТТК 589
Напиток из плодов шиповника	200	0,88	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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:	866	27,45	21,51	98,89	715,83	
Стоимость питания, руб.						430,00
Огурец свежий	90	0,71	0,08	3,09	14,05	ТТК 675/1
Гуляш из филе индейки	100	10,12	11,35	13,21	161,96	ТТК 890
Каша гречневая рассыпчатая	150	0,84	2,09	6,63	80,03	ТТК 571
Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392
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:	585	15,16	15,36	65,33	452,44	
Стоимость питания, руб.						430,00

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

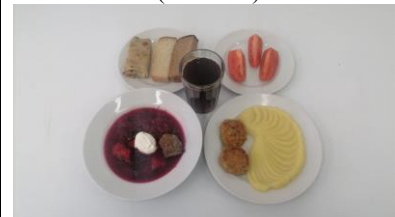
Постникова Л. А.
Гусейнова З. Ш.
Лаврик Е. Я.

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

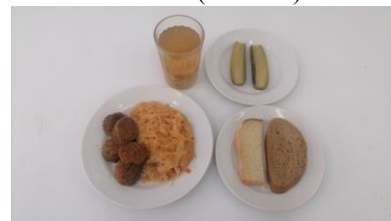


Льготное питание (12 лет и старше)						
Нагетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Калуста тушеная	220	9,04	9,43	47,84	271,79	ТТК 585
Огурцы консервированные	52		0,2	2,89	5,82	ТТК 1232
Напиток "Грушенька"	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	617	21,19	18,8	88,22	609,02	
Щи из свежей калусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642
Говядина отварная для I блюда	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Паста с филе индейки в сливочном соусе	250	11,79	5,05	21,18	269,32	ТТК 522
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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:	836	29,53	22,73	84,53	748,2	
Стоимость питания, руб:					430,00	
Льготное питание (12 лет и старше)						
Щи из свежей калусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642
Говядина отварная для I блюда	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Паста с филе индейки в сливочном соусе	250	11,79	5,05	21,18	269,32	ТТК 522
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,85	37,15	ТТК 629
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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:	836	29,53	22,73	84,53	748,2	
Стоимость питания, руб:					430,00	
Льготное питание (12 лет и старше)						
Нагетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Калуста тушеная	220	9,04	9,43	47,84	271,79	ТТК 585
Огурцы консервированные	53		0,21	2,95	5,94	ТТК 1232
Напиток "Грушенька"	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
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:	618	21,19	18,8	88,28	609,13	
Стоимость питания, руб:					430,00	
Завтрак (7 - 11 лет)						
Огурец свежий	95	0,75	0,09	3,26	14,83	ТТК 675/1
Гуляш из филе индейки	100	10,12	11,35	13,21	161,96	ТТК 890
Каша гречневая рассыпчатая	200	1,12	2,79	8,83	106,7	ТТК 571
Сок фруктовый	200	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1392
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:	640	15,48	18,07	67,71	479,89	
Стоимость питания, руб:					172,00	
Обед (7 -11 лет)						
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Говядина отварная для I блюда	16	5,28	3,71		54,49	ТТК 631/1
Сметана	20	0,49	2,64	0,66	28,69	ТТК 664
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК
Пюре картофельное	200	1,67	4,54	24	86,89	ТТК 589
Помидор свежий дольками	60	0,85	0,12	3,06	15,25	ТТК 676/1
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	3,23	2,2	5	98,3	ТТК 500
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:	948	23,46	23,93	100,62	708,85	
Стоимость питания, руб:					258,00	

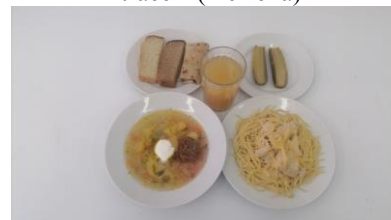
Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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

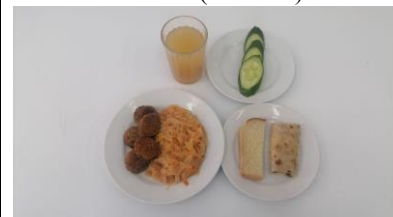


Завтрак (12 лет и старше)						
Огурец свежий	100	0,79	0,09	3,43	15,62	ТТК 675/1
Гуляш из филе индейки	100	10,12	11,35	13,21	161,96	ТТК 890
Греча отварная с маслом	195	4,56	10,41	42,52	309	ТТК 1417
Напиток "Каркаде"	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	10	0,79	0,3	4,9	26	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	630	17,99	22,41	80,64	580,87	
Стоимость питания, руб:						146,00
Обед (12 лет и старше)						
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Тефтели рыбные с соусом	100	6,65	3,6	17,61	142	ТТК 1378
Пюре картофельное	190	1,58	4,32	22,8	82,54	ТТК 589
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
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:	805	18,17	16,61	97,72	572,38	
Стоимость питания, руб:						146,00
ГПД (7 -11 Лет) Обед						
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	105,44	ТТК 637
Котлета "Морское диво"	100	2,52	4	10,9	98,03	ТТК 1373 ФК
Пюре картофельное	170	1,42	3,86	20,4	73,85	ТТК 589
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	15,98	74,27	ТТК 627
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	675	10,67	13,11	72,11	409,59	
Стоимость питания, руб:						121,00
ГПД полдник						
Каша молочная рисовая	150	3,55	2,36	22,77	126,51	ТТК 507
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Чай с лимоном	180	0,21	0,35	6,38	25,02	ТТК 614
Масло сливочное	6	0,05	2,55	0,08	39,64	ТТК 657
Итого:	361	5,53	5,51	41,24	249,17	
Стоимость питания, руб:						35,00
Льготное питание (12 лет и старше) СД						
Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Нагетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,99	ТТК 545/1
Капуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,06	ТТК 585
Напиток "Грушевка" (б/сахара)	200	0,02	0,01	0,6	2,58	ТТК 983
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	40	3,14	1,18	19,6	104	ТТК 604
Итого:	600	20,22	18,32	73,03	544,97	
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	8,9	43,3	ТТК 674/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642
Говядина отварная для 1 блюдо	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Сметана	30	0,74	3,96	0,99	43,03	ТТК 664
Паста с филе индейки в сливочном соусе	250	11,79	5,05	21,18	269,32	ТТК 522
Компот из кураги	200	1,04	0,06	23,78	99,82	ТТК 1057
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,5	22,06	108	ТТК 609
Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Итого:	902	29,26	22,79	102,96	773,83	
Стоимость питания, руб:						430,00
Льготное питание (12 лет и старше) СД						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	8,9	43,3	ТТК 674/1
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	3,7	8,27	25,88	141,36	ТТК 642
Говядина отварная для 1 блюдо	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Сметана	30	0,74	3,96	0,99	43,03	ТТК 664
Паста с филе индейки в сливочном соусе	250	11,79	5,05	21,18	269,32	ТТК 522
Компот из кураги	200	1,04	0,06	23,78	99,82	ТТК 1057
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,5	22,06	108	ТТК 609
Зелень	2	0,06	0,01	0,17	0,88	ТТК 671
Итого:	902	29,26	22,79	102,96	773,83	

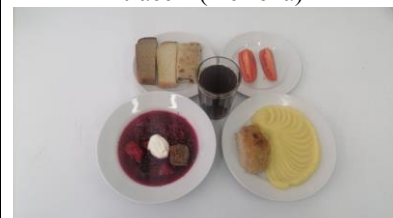
Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

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)



Огурцы консервированные	60		0,24	3,34	6,72	ТТК 1232
Нагетсы из птицы	100	8,84	8,32	6	184,59	ТТК 545/1
Калуста тушеная	200	8,22	8,57	43,49	247,08	ТТК 585
Напиток "Грушенька" (б/сахара)	200	0,02	0,01	0,6	2,58	ТТК 983
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	40	3,14	1,18	19,6	104	ТТК 604
Итого:	600	20,22	18,32	73,03	544,97	
Стоимость питания, руб:						430,00
Завтрак (12 лет и старше)						
Каша гречневая рассыпчатая	200	1,12	2,79	8,83	106,7	ТТК 571
Огурец свежий	60	0,47	0,06	2,06	9,37	ТТК 675/1
Напиток "Каркаде"	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	485	3,28	3,1	26,49	180,37	
Стоимость питания, руб:						55,00

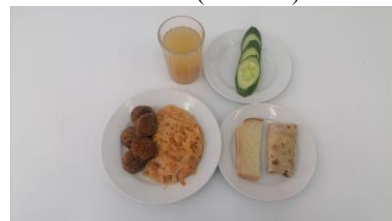
Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

4 - 3

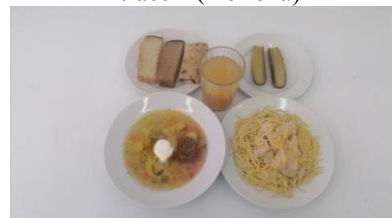


Постникова Л. А.
Гусейнова З. Ш.
Лаврик Е. Я.

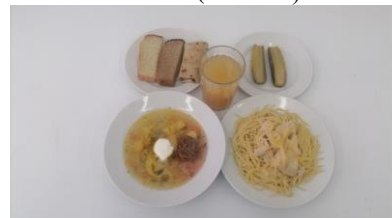
**Завтрак льготная категория 5-11
классы (1 смена)**



**Обед льготная категория 5-11
классы (1 смена)**



**Обед льготная категория 5-11
классы (2 смена)**



**Полдник льготная категория 5-11
классы (2 смена)**

