

# Меню на 20.09.2024 год Корпус 1

## Меню

## 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



000033

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

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение: Столовая МБОУ СОШ № 22 корпус 1  
МБОУ: МБОУ СОШ № 22 ИМЕНИ Г.Ф. ПОНОМАРЕВА  
Материально-ответственное лицо: Гусейнова З.Ш.  
Дата: 20.09.2024

### МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	25	0,54	0,10	2,87	14,75	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	220	7,67	10,46	51,46	325,6	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	153	0,61	0,61	17,50	74,97	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>753</b>	<b>35,47</b>	<b>31,28</b>	<b>108,70</b>	<b>837,72</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>166,00</b>
<b>Обед (7 - 11 лет)</b>						
Биточек Нежный*	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 553
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	103	ТТК 679
Говядина отварная для I блюд	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Суп из овощей с фасолью	250	5,22	3,75	22,28	133,26	ТТК 640
Рис с овощами	200	4,52	8,23	41,72	268	ТТК 583
Напиток из плодов шиповника	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 627
Яблоко	150	0,60	0,60	17,16	73,5	ТТК 669
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
<b>Итого:</b>	<b>1 080</b>	<b>38,39</b>	<b>43,11</b>	<b>144,29</b>	<b>1 116,76</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>248,00</b>
<b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	57	0,43	5,63	1,83	58,71	ТТК 679
Макароны с томатом	250	8,72	11,88	58,48	370	ТТК 581
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36	ТТК 618
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>532</b>	<b>11,06</b>	<b>17,80</b>	<b>81,44</b>	<b>522,71</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>55,00</b>

Директор



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

Завтрак (12 лет и старше)						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	220	7,67	10,46	51,46	325,6	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	140	0,56	0,56	16,01	68,6	ТТК 669
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:	720	34,98	30,79	105,57	818,6	
Стоимость питания, руб:						146,00
Обед (12 лет и старше)						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Суп бульон говяжий с овощами	250	2,64	3,85	12,43	31,5	ТТК 634
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	220	7,67	10,46	51,46	325,6	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	135	0,54	0,54	15,44	66,15	ТТК 669
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Гренки из пшеничного хлеба	15	1,54	0,21	10,45	50,88	ТТК 599
Итого:	955	37,42	34,58	115,87	840,53	
Стоимость питания, руб:						146,00
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Завтрак						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	30	0,65	0,12	3,44	17,7	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	220	7,67	10,46	51,46	325,6	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	150	0,60	0,60	17,16	73,5	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	755	35,57	31,29	108,93	839,2	
Стоимость питания, руб:						168,53
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Биточек Нежный*	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 553
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	140	1,06	13,83	4,50	144,2	ТТК 679
Говядина отварная для I блюд	45	12,24	8,75	0,37	129,6	ТТК 631
Суп из овощей с фасолью	250	5,22	3,75	22,28	133,26	ТТК 640
Рис с овощами	220	4,97	9,05	45,89	294,8	ТТК 583
Напиток из плодов шиповника	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 627
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:	1 005	42,62	50,20	132,72	1 154,46	
Стоимость питания, руб:						245,47
Итого:	1 760	78,19	81,49	241,65	1 993,66	
Стоимость питания, руб:						414,00

Директор



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



Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Обед						
Биточек Нежный*	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 553
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	140	1,06	13,83	4,50	144,2	ТТК 679
Говядина отварная для 1 блюда	45	12,24	8,75	0,37	129,6	ТТК 631
Суп из овощей с фасолью	250	5,22	3,75	22,28	133,26	ТТК 640
Рис с овощами	220	4,97	9,05	45,89	294,8	ТТК 583
Напиток из плодов шиповника	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 627
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:	1 005	42,62	50,20	132,72	1 154,46	
Стоимость питания, руб:						245,49
Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Полдник						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	30	0,65	0,12	3,44	17,7	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	220	7,67	10,46	51,46	325,6	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	150	0,60	0,60	17,16	73,5	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	755	35,57	31,29	108,93	839,2	
Стоимость питания, руб:						168,51
Итого:	1 760	78,19	81,49	241,65	1 993,66	
Стоимость питания, руб:						414,00
Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Завтрак						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	35	0,75	0,14	4,01	20,65	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	220	7,67	10,46	51,46	325,6	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	160	0,64	0,64	18,30	78,4	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	770	35,71	31,35	110,64	847,05	
Стоимость питания, руб:						174,92
Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед						
Биточек Нежный*	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 553
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	140	1,06	13,83	4,50	144,2	ТТК 679
Говядина отварная для 1 блюда	40	10,88	7,78	0,33	115,2	ТТК 631
Суп из овощей с фасолью	250	5,22	3,75	22,28	133,26	ТТК 640
Рис с овощами	220	4,97	9,05	45,89	294,8	ТТК 583
Напиток из плодов шиповника	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 627
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:	1 000	41,26	49,23	132,68	1 140,06	
Стоимость питания, руб:						239,08
Итого:	1 770	76,97	80,58	243,32	1 987,11	
Стоимость питания, руб:						414,00

Директор



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)



<b>Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>						
Биточек Нежный*	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 553
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	140	1,06	13,83	4,50	144,2	ТТК 679
Говядина отварная для 1 блюда	40	10,88	7,78	0,33	115,2	ТТК 631
Суп из овощей с фасолью	250	5,22	3,75	22,28	133,26	ТТК 640
Рис с овощами	220	4,97	9,05	45,89	294,8	ТТК 583
Напиток из плодов шиповника	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 627
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
<b>Итого:</b>	<b>1 000</b>	<b>41,26</b>	<b>49,23</b>	<b>132,68</b>	<b>1 140,06</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>239,20</b>
<b>Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Полдник</b>						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	35	0,75	0,14	4,01	20,65	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макаронны с овощами	220	7,67	10,46	51,46	325,6	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	160	0,64	0,64	18,30	78,4	ТТК 669
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>770</b>	<b>35,71</b>	<b>31,35</b>	<b>110,64</b>	<b>847,05</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>174,80</b>
<b>Итого:</b>	<b>1 770</b>	<b>76,97</b>	<b>80,58</b>	<b>243,32</b>	<b>1 987,11</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>
<b>СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Завтрак</b>						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макаронны с овощами	180	6,28	8,56	42,10	266,4	ТТК 579
Чай с молоком (б/сахара)	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 957
Яблоко	125	0,50	0,50	14,30	61,25	ТТК 669
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>31,81</b>	<b>28,58</b>	<b>82,49</b>	<b>694,05</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>133,82</b>
<b>СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>						
Биточек Нежный*	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 553
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	103	ТТК 679
Груша печёная (б/сахара)	145	0,58	0,54	36,51	145,44	ТТК 1013
Говядина отварная для 1 блюда	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Суп из овощей с фасолью	250	5,22	3,75	22,28	133,26	ТТК 640
Рис с овощами	180	4,07	7,40	37,55	241,2	ТТК 583
Напиток из плодов шиповника (б/сахара)	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 982
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
<b>Итого:</b>	<b>1 025</b>	<b>36,10</b>	<b>42,31</b>	<b>146,23</b>	<b>1 101,9</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>280,18</b>
<b>Итого:</b>	<b>1 665</b>	<b>67,91</b>	<b>70,89</b>	<b>228,72</b>	<b>1 795,95</b>	
<b>Стоимость питания, руб:</b>						<b>414,00</b>

Директор



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)





<b>СД Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>						
Биточек Нежный*	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 553
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,76	9,88	3,21	103	ТТК 679
Груша печеная (б/сахара)	145	0,58	0,54	36,51	145,44	ТТК 1013
Говядина отварная для I блюда	30	8,16	5,83	0,24	86,4	ТТК 631
Суп из овощей с фасолью	250	5,22	3,75	22,28	133,26	ТТК 640
Рис с овощами	180	4,07	7,40	37,55	241,2	ТТК 583
Напиток из плодов шиповника (б/сахара)	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 982
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,80	52	ТТК 604
<b>Итого:</b>	<b>1 025</b>	<b>36,10</b>	<b>42,31</b>	<b>146,23</b>	<b>1 101,9</b>	
Стоимость питания, руб:						280,18
<b>СД Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Полдник</b>						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макаронны с овощами	180	6,28	8,56	42,10	266,4	ТТК 579
Чай с молоком (б/сахара)	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 957
Яблоко	125	0,50	0,50	14,30	61,25	ТТК 669
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>31,81</b>	<b>28,58</b>	<b>82,49</b>	<b>694,05</b>	
Стоимость питания, руб:						133,82
<b>Итого:</b>	<b>1 665</b>	<b>67,91</b>	<b>70,89</b>	<b>228,72</b>	<b>1 795,95</b>	
Стоимость питания, руб:						414,00
<b>ГПД полдник</b>						
Напиток из плодов шиповника	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 627
Печенье сдобное Смак	88	6,73	29,28	55,99	518,76	ТТК 1048
<b>Итого:</b>	<b>288</b>	<b>7,42</b>	<b>29,57</b>	<b>75,63</b>	<b>611,36</b>	
Стоимость питания, руб:						35,00
<b>ГПД (7 -11 Лет) Обед</b>						
Биточек Нежный*	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 553
Огурец свежий	30	0,24	0,03	1,03	4,68	ТТК 675
Суп из овощей с фасолью	250	5,22	3,75	22,28	133,26	ТТК 640
Рис с овощами	220	4,97	9,05	45,89	294,8	ТТК 583
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	9,09	37,8	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
<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>29,10</b>	<b>27,75</b>	<b>118,33</b>	<b>830,54</b>	
Стоимость питания, руб:						121,00

Директор



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

СД – льготная категория. Завтрак



СД – льготная категория. Обед



--	--