

# Меню на 20.09.2024 год Корпус 2

## Меню

### Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение: Столовая МБОУ СОШ № 22 корпус 2  
 МБОУ МБОУ СОШ № 22 ИМЕНИ Г.Ф. ПОНОМАРЕВА  
 Материально-ответственное лицо: Дубинина С.А. Дата: 20.09.2024

### МЕНЮ

Наименование блюда	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	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	230	8,02	10,93	53,80	340,4	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:	770	36,02	31,78	111,84	856,95	
Стоимость питания, руб:						166,00
<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 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	230	5,20	9,46	47,98	308,2	ТТК 583
Напиток из плодов шиповника	200	0,69	0,29	19,64	92,6	ТТК 627
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:	1 100	39,03	44,30	149,40	1 152,06	
Стоимость питания, руб:						248,00
<b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>						
Салат из свежих огурцов с зеленым луком	60	0,46	5,93	1,93	61,8	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
Итого:	535	11,09	18,10	81,54	525,8	
Стоимость питания, руб:						55,00

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



Постникова Л.А.  
 Дубинина С.А.  
 Аливердиева Э.Р.

## Фотографии блюд

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



Бесплатное питание 5-11 классы



Завтрак платное питание 5-11 классы (1,2 смена)



ГПД – обед

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	618,6	
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 пшеничный 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	45	0,97	0,18	5,16	26,55	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	230	8,02	10,93	53,80	340,4	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	145	0,58	0,58	16,59	71,05	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:	775	36,22	31,80	112,42	860,4	
Стоимость питания, руб.						182,28
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 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	230	5,20	9,46	47,98	308,2	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:	1 010	41,49	49,64	134,77	1 153,46	
Стоимость питания, руб.						231,72
Итого:	1 785	77,71	81,44	247,19	2 013,86	
Стоимость питания, руб.						414,00

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Постникова Л.А.  
Дубинина С.А.  
Аливердиева Э.Р.

Полдник - ГПД

Завтрак льготная категория 1-4  
классы (1,2 смена)



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



Завтрак льготная категория 5-11  
классы (1,2 смена)



Обед льготная категория 5-11  
классы (1,2 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 I 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	230	5,20	9,46	47,98	308,2	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:	1 015	42,85	50,61	134,81	1 167,86		
Стоимость питания, руб:						245,06	
<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	45	0,97	0,18	5,16	26,55	ТТК 672	
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519	
Макароны с овощами	230	8,02	10,93	53,80	340,4	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	
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	36,20	31,78	111,84	857,95		
Стоимость питания, руб:						168,94	
Итого:	1 785	79,05	82,39	246,65	2 025,81		
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	82	6,27	27,29	52,18	483,39	ТТК 1048	
Итого:	282	6,96	27,58	71,82	575,99		
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	230	5,20	9,46	47,98	308,2	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	
Итого:	860	29,33	28,16	120,42	843,94		
Стоимость питания, руб:						121,00	

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Постникова Л.А.  
Дубинина С.А.  
Аливердиева Э.Р.



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 I 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	230	5,20	9,46	47,98	308,2	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:	1 010	41,49	49,64	134,77	1 153,46	
Стоимость питания, руб:						241,12
Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Полдник						
Масло сливочное в упаковке	10	7,25	0,10	0,14	66,2	ТТК 1067
Кукуруза	45	0,97	0,18	5,16	26,55	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	230	8,02	10,93	53,80	340,4	ТТК 579
Чай с молоком	200	1,28	1,17	10,93	57,2	ТТК 616
Яблоко	145	0,58	0,58	16,59	71,05	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:	775	36,22	31,80	112,42	860,4	
Стоимость питания, руб:						172,86
Итого:	1 785	77,71	81,44	247,19	2 013,86	
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	45	0,97	0,18	5,16	26,55	ТТК 672
Гуляш из филе индейки	100	14,83	18,00	3,99	189	ТТК 519
Макароны с овощами	230	8,02	10,93	53,80	340,4	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
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	36,20	31,78	111,84	857,95	
Стоимость питания, руб:						168,94
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 I 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	230	5,20	9,46	47,98	308,2	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:	1 015	42,85	50,61	134,81	1 167,86	
Стоимость питания, руб:						245,06
Итого:	1 785	79,05	82,39	246,65	2 025,81	
Стоимость питания, руб:						414,00

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Постникова Л.А.  
Дубинина С.А.  
Аливердиева Э.Р.

--	--