

Меню на 31.01.2025 год Корпус 2

Меню

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

028 (СОШ № 22
корпус 2)

МБОУ

МБОУ СОШ № 22
корпус 2

Материально-ответственное лицо

Дубинина С. А.

Дата

31.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы			
Льготное питание (12 лет и старше)							
Обед	Помидор свежий дольками	100	1,08	0,2	5,1	25,41	ТТК 676/1
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Обед	Говядина отварная для 1 блюда	30	5,73	2,92	0,18	49,92	ТТК 631
Обед	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Обед	Паста Школьная с томатом	250	11,38	20,3	44,63	395,52	ТТК 523
Обед	Напиток Мишутка	200	1,07	0,11	15	59,86	ТТК 1031
Обед	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:		905	28,76	33,26	104,8	810,37	
Полдник	Каша молочная пшеничная	220	4,46	2,83	23,61	178,44	ТТК 511
Полдник	Масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,12	ТТК 657
Полдник	Зелеканка из творога	100	9,86	3,01	28,18	141,25	ТТК 1170
Полдник	Сметана	25	0,61	3,3	0,82	35,86	ТТК 664
Полдник	Какао с молоком	200	1,06	0,85	8,04	50,16	ТТК 610
Полдник	Сметанник	50	4,02	9,48	28,14	213,99	ТТК 1055
Полдник	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Полдник	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:		665	23,55	34,47	112,09	863,82	
Стоимость питания, руб:						414,00	
Бесплатное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Макароны с сыром	240	7,91	8,25	34,04	254,56	ТТК 580
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:		465	9,59	8,52	49,64	318,86	
Стоимость питания, руб:						55,00	
Льготное питание (7 -11 лет)							
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	367,87	ТТК 1431
Завтрак	Салат из свежих овощей с картофелем и зеленым лу	100	1,23	10	5,49	116,86	ТТК 1199/2
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,02	24,39	193,32	ТТК 571
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Сыр порционн	15	2,17	3,24		31,43	ТТК 1034
Завтрак	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Яблоко	125	0,5	0,01	14,44	28,99	ТТК 669
Итого:		785	17,84	55,81	76,14	848,77	

Директор ОУ

Шеф-повар

Медицинский работник

1 - 3



Постникова Л. А.

Дубинина С. А.

Аливердиева Э. Р.

Фотографии блюд

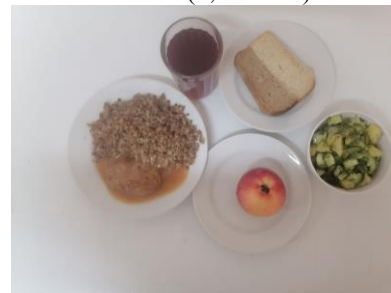
Завтрак для учащихся 1-4 классов, питающихся бесплатно (1,2 смена)



Бесплатное питание 5-11 классы



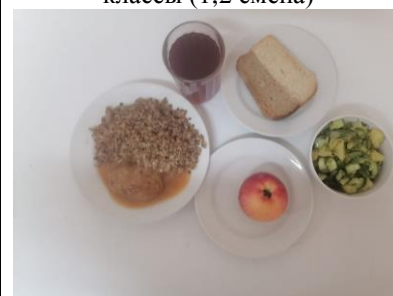
Завтрак платное питание 5-11 классы (1,2 смена)



ГПД – обед

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)



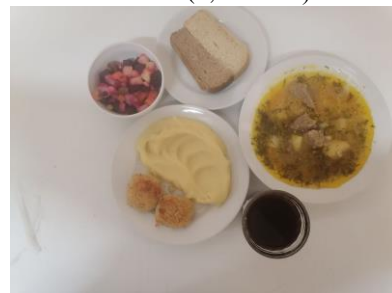
Обед	Винегрет овощной	100	0,96	7,36	7,21	96,29	ТТК 670
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Фрикадельки	30	3,84	3,26	0,37	46,16	ТТК 2011
Обед	Финиш	100	6,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,13	66,06	ТТК 657
Итого:		941	27,03	48,72	112,76	1 011,99	
Стоимость питания, руб.							
Льготное питание (7-11 лет)							
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Яблоко	115	0,46	0,01	13,28	26,07	ТТК 609
Итого:		315	0,48	0,02	17,85	36,37	
Обед	Винегрет овощной	85	0,8	6,28	6,13	81,85	ТТК 670
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Фрикадельки	20	2,55	2,17	0,25	30,78	ТТК 2011
Обед	Финиш	100	6,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	200	1,67	4,54	33	164,44	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,13	66,06	ТТК 657
Итого:		915	15,5	45,8	111,54	975,45	
Полдник	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	367,37	ТТК 1431
Полдник	Сыр порционный	10	1,46	2,19		20,90	ТТК 1924
Полдник	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Полдник	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Полдник	Яблоко	115	0,46	0,01	13,28	26,07	ТТК 609
Полдник	Салат из овощей: огурцы с картофелем и зеленью	100	1,23	10	5,49	116,86	ТТК 1199/2
Полдник	Кефир трехдневный рассольчатый	480	4,21	6,31	21,85	173,99	ТТК 571
Итого:		950	15,59	54,02	67,98	606,35	
Стоимость питания, руб.							
Льготное питание (12 лет и старше)							
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	5,95	34,7	5,44	367,37	ТТК 1431
Завтрак	Салат из овощей: огурцы с картофелем и зеленью	120	1,48	12	6,59	140,23	ТТК 1199/2
Завтрак	Кефир трехдневный рассольчатый	200	0,66	7,62	24,39	193,32	ТТК 571
Завтрак	Напиток Каркаде	200	0,02	0,01	4,57	10,3	ТТК 628
Завтрак	Сыр порционный	15	2,17	3,28		21,43	ТТК 1924
Завтрак	Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	20	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Яблоко	125	0,5	0,01	14,44	25,99	ТТК 609
Итого:		935	18,04	57,91	77,24	672,11	
Обед	Винегрет овощной	100	0,96	7,36	7,21	96,29	ТТК 670
Обед	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	7,91	15,4	28,45	284,05	ТТК 641/1
Обед	Фрикадельки	30	3,84	3,26	0,37	46,16	ТТК 2011
Обед	Финиш	100	6,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	185	1,62	4,43	32,16	160,23	ТТК 589
Обед	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 627
Обед	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Обед	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,13	66,06	ТТК 657
Итого:		935	20,99	47,98	111,92	1 001,17	
Стоимость питания, руб.							

Директор ОУ
Шеф-повар
Медицинский работник



Пастухова А. А.
Дубовица С. А.
Александрова Э. Р.

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



Льготное питание (12 лет и старше)							
Обед	Венгерский гуляш	130	1,23	3,6	9,37	126,18	ТТК 679
Обед	Суп картофельный с рисом и зеленым луком	250	7,81	15,4	28,45	284,65	ТТК 941/1
Обед	Фрикадельки	30	3,84	3,25	0,37	46,18	ТТК 2511
Обед	Фасолю	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	230	1,82	5,23	37,15	189,11	ТТК 588
Обед	Налеток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 827
Обед	Хлеб пшеничный из ржанко-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	58	ТТК 608
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
		Итого:	990	27,48	43,64	119,73	992,59
Стоимость питания, руб.							240,93
Завтрак (7 - 11 лет)							
Завтрак	Салат из свежих овощей с картофелем и зеленым луком	30	6,99	8	4,39	93,49	ТТК 1166/2
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,68	7,92	26,39	183,33	ТТК 571
Завтрак	Налеток Каркаде	200	0,02	0,01	4,51	10,3	ТТК 628
Завтрак	Мюсли	118	0,03	0,16	9,41	41,01	ТТК 696/1
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	8,85	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
		Итого:	673	14,19	50,17	60,22	753,99
Стоимость питания, руб.							143,52
Обед (7 - 11 лет)							
Обед	Суп картофельный с рисом и зеленым луком	250	7,81	15,4	28,45	284,65	ТТК 941/1
Обед	Фрикадельки	30	3,84	3,25	0,37	46,18	ТТК 2511
Обед	Фасолю	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	190	1,82	4,42	32,15	180,33	ТТК 588
Обед	Налеток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	17,75	82,52	ТТК 827
Обед	Хлеб пшеничный из ржанко-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	58	ТТК 608
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Венгерский гуляш	110	0,83	3,18	9,41	41,01	ТТК 665/1
Обед	Сыс порционные	20	2,89	4,32		81,91	ТТК 1034
		Итого:	667	21,62	37,78	111,99	921,34
Стоимость питания, руб.							250,80
Завтрак (12 лет и старше)							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,68	7,03	24,36	190,32	ТТК 571
Завтрак	Салат из свежих овощей с картофелем и зеленым луком	30	6,62	8	2,74	56,43	ТТК 1136/2
Завтрак	Налеток Каркаде	180	0,02	0,01	4,11	9,27	ТТК 628
Завтрак	Мюсли	100	0,8	0,01	11,53	23,19	ТТК 696
Завтрак	Сеточки "На здровья" пшенично-ржаной	20	1,47	0,36	6,8	82	ТТК 004
Завтрак	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Завтрак	Голубцы "Ленивые"	100	8,85	34,7	5,44	357,87	ТТК 1431
		Итого:	673	18,76	47,87	700,5	752,28
Стоимость питания, руб.							133,79
Обед (12 лет и старше)							
Обед	Суп картофельный с рисом и зеленым луком	250	7,81	15,4	28,45	284,65	ТТК 941/1
Обед	Фасолю	100	8,51	9,38	2,8	153,74	ТТК 548
Обед	Пюре картофельное	200	1,82	4,34	32	164,44	ТТК 588
Обед	Чай зеленый с сахаром	200			0,06	24,51	ТТК 613
Обед	Хлеб пшеничный из ржанко-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	58	ТТК 608
Обед	Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Обед	Сыс порционные	10	1,45	2,16		20,96	ТТК 1034
		Итого:	610	22,01	37,19	64,31	754,7
Стоимость питания, руб.							188,08

Директор ОУ
Шеф-повар
Медицинский работник

Исполнитель Л.А.
Дубинина С.А.
Александрова З.Р.