

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение: Столовая МБОУ СОШ № 44 корпус 2 МБОУ МБОУ СОШ №44
 Материально-ответственное лицо: Бакурова Н.А. Дата: 10.01.2025

МЕНЮ

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Гуляш из филе индейки	120	98,5	8,81	6,38	1,45	ТТК 890
Спагетти отварные	180	265,28	8,26	4,87	47,11	ТТК 1391
Сыр плавленый "Дружба"	16	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Винегрет овощной	100	1,31	10,15	9,91	132,4	ТТК 923
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
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 за день:	626	30,43	23,45	88,95	680,12	166,00
Стоимость питания, руб:						
*Бесплатное питание (с 12 лет)						
Зеленый горошек	40	0,86	0,16	4,59	23,03	ТТК 2913
Масло сливочное	8	0,06	5,80	0,10	52,85	ТТК 657
Макаронные изделия отварные	200	7,52	5,96	49,93	282,72	ТТК 577
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	473	10,34	12,56	72,74	440,4	55,00
Стоимость питания, руб:						
*Завтрак (12 лет и старше)						
Гуляш из филе индейки	120	98,5	8,81	6,38	1,45	ТТК 890
Спагетти отварные	180	265,28	8,26	4,87	47,11	ТТК 1391
Сыр плавленый "Дружба"	16	1,44	3,20	1,44	40	ТТК 1070
Винегрет овощной	50	0,66	5,08	4,96	66,2	ТТК 923
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
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 за день:	560	28,34	15,18	82,56	573,92	146,00
Стоимость питания, руб:						

Директор ОУ
 Шеф-повар
 Медицинский работник



Чаппарова Р.С.
 Бакурова Н.А.
 Мирнова Д.В.

*Изготовное питание 1 смена (7-11 лет)-						
Обед						
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1
Каша из гречневая	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 903
Овощной салат (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924/1
Говядина стейк для 1 блюда	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 910
Рисовый суп Ленинградский с зеленью	210	1,10	3,86	9,38	92,36	ТТК 914/1
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Напиток фруктовый	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб слоеный из муки пшеничной	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	895	32,39	32,31	123,28	910,95	
Итого за день:	1 545	52,59	64,14	217,92	1 623,93	
*Изготовное питание 1 смена (12 лет и старше) завтрак						
Салат из овощей с картофелем и зелес	100	0,70	9,88	5,49	80,62	ТТК 1199/3
Пюре из картофеля	250	14,52	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Напиток фруктовый	200	0,02	0,01	9,33	35,53	ТТК 628
Мандарины	110	42,69	0,83	0,10	9,41	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб слоеный из муки пшеничной	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	645	20,06	31,50	93,73	705,88	
*Изготовное питание 1 смена (12 лет и старше) обед						
Биточки Чикен топ	100	15,02	13,60	53,99	366,16	ТТК 538/1
Каша из гречневая	200	8,22	10,50	20,83	228,5	ТТК 903
Овощной салат (огурцы, морковь)	100	0,99	0,09	5,82	24,73	ТТК 924/1
Говядина стейк для 1 блюда	30	4,09	2,92	0,25	43,25	ТТК 910
Рисовый суп Ленинградский с зеленью	250	1,32	4,60	11,17	109,95	ТТК 914/1
Сметана	10	0,24	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Напиток фруктовый	200	0,02	0,01	9,68	36,82	ТТК 626
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб слоеный из муки пшеничной	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	940	32,39	32,54	125,11	935,75	
Итого за день:	1 585	53,35	65,04	218,84	1 641,63	
*Изготовное питание 1 смена (12 лет и старше) ужин						
Салат из овощей с картофелем и зелес	100	0,70	9,88	5,49	80,62	ТТК 1199/3
Пюре из картофеля	250	14,52	18,14	47,68	413,81	ТТК 896
Напиток фруктовый	200	0,02	0,01	9,33	35,53	ТТК 628
Мандарины	110	42,69	0,83	0,10	9,41	ТТК 665
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб слоеный из муки пшеничной	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	645	20,06	31,50	93,73	705,88	
Итого за день:	1 585	53,35	65,04	218,84	1 641,63	

Директор ИО
 Шеф-повар
 Подпись: _____



Чаппарова Р. С.
 Бакурова Н.А.
 Смирнова Д.В.