

Сургутское городское муниципальное унитарное предприятие «Комбинат питания»



Структурное подразделение

Материально-ответственное лицо

Столовая МБОУ СШ № 31

Кочуркина Л.З.

000039

МБОУ

МБОУ СШ №31

Дата

16.02.2024

МЕНЮ

| Наименование блюда  | Вес блюда  | пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры   |
|---|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|
|   |            | белки            | жиры         | углеводы      |                         |               |
| <b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>   |            |                  |              |               |                         |               |
| Гуляш   | 100        | 14,58            | 14,82        | 3,99          | 207                     | Сб.2004 № 437 |
| Макаронные изделия отварные   | 150        | 5,64             | 4,47         | 37,76         | 211,5                   | Сб.2004 № 516 |
| Огурцы свежие, нарезка  | 15         | 0,12             | 0,01         | 0,37          | 2                       | ТТК № 45      |
| Чай с молоком   | 200        | 2,97             | 1,72         | 11,41         | 70,85                   | Сб.1996 № 630 |
| Яблоко  | 133,24     | 0,53             | 0,53         | 13,06         | 65,29                   |               |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием | 20         | 1,57             | 0,59         | 9,80          | 52                      | ПП № 930      |
| Хлеб пшеничный из муки в/с  | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01         | 58                      | ПП № 932      |
| <b>Итого:</b>   | <b>647</b> | <b>27,17</b>     | <b>22,14</b> | <b>88,10</b>  | <b>666,64</b>           |               |
| <b>Обед (7 - 11 лет)</b>  |            |                  |              |               |                         |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)                                     | 250        | 1,76             | 3,37         | 10,02         | 94,3                    | Сб.2004 №124  |
| Гуляш   | 100        | 14,58            | 14,82        | 3,99          | 207                     | Сб.2004 № 437 |
| Говядина отварная для 1 блюда   | 20         | 5,44             | 3,89         | 0,17          | 57,6                    | ТТК № 233     |
| Макарены с сыром  | 180        | 9,91             | 12,40        | 35,21         | 292,8                   | Сб.2004 № 333 |
| Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)                               | 200        | 0,68             | 0,28         | 34,26         | 130,52                  | ТТК № 809-50  |
| Яблоко  | 159,82     | 0,64             | 0,64         | 15,66         | 78,31                   |               |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием | 20         | 1,57             | 0,59         | 9,80          | 52                      | ПП № 930      |
| Хлеб пшеничный из муки в/с  | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01         | 58                      | ПП № 932      |
| <b>Итого:</b>   | <b>915</b> | <b>36,10</b>     | <b>36,24</b> | <b>121,12</b> | <b>970,53</b>           |               |
| <b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>                                       |            |                  |              |               |                         |               |
| Бутерброд с маслом  | 35         | 1,72             | 6,60         | 11,27         | 112                     | ТТК № 98      |
| Каша молочная ячневая (вязкая)  | 220        | 7,56             | 3,61         | 35,49         | 213,4                   | Сб.2004 № 302 |
| Масло сливочное   | 10         | 0,08             | 7,26         | 0,13          | 66,67                   | ТТК № 43      |
| Чай с молоком   | 200        | 2,97             | 1,72         | 11,41         | 70,85                   | Сб.1996 № 630 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием | 20         | 1,57             | 0,59         | 9,80          | 52                      | ПП № 930      |
| <b>Итого:</b>   | <b>495</b> | <b>13,00</b>     | <b>19,70</b> | <b>68,10</b>  | <b>514,92</b>           |               |

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

Силах О.Г.  
Кочуркина Л.З.  
Ретина Г.М.

| Наименование блюда  | Вес блюда  | пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептур   |
|---|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
|   |            | белки            | жиры         | углеводы      |                         |              |
| <b>Завтрак (12 лет и старше)</b>  |            |                  |              |               |                         |              |
| Салат "Мозаика"   | 100        | 1,32             | 8,53         | 8,87          | 120                     | ТТК № 23     |
| Гуляш   | 100        | 14,58            | 14,82        | 3,99          | 207                     | С6.2004 № 4  |
| Макаронные изделия отварные   | 190        | 7,14             | 5,66         | 47,82         | 267,9                   | С6.2004 № 5  |
| Зелень (укроп, петрушка)  | 0,46       | 0,01             | 0            | 0,04          | 0,2                     | ТТК № 41     |
| Чай с молоком   | 200        | 2,97             | 1,72         | 11,41         | 70,85                   | С6.1996 № 63 |
| Хлеб пшеничный из муки в/с  | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01         | 58                      | ПП № 932     |
| <b>Итого:</b>   | <b>615</b> | <b>27,74</b>     | <b>30,98</b> | <b>84,14</b>  | <b>723,95</b>           |              |
| <b>Обед (12 лет и старше)</b>   |            |                  |              |               |                         |              |
| Борщ с картофелем   | 250        | 1,97             | 3,43         | 16,26         | 99,59                   | С6.2004 № 15 |
| Гуляш   | 100        | 14,58            | 14,82        | 3,99          | 207                     | С6.2004 № 43 |
| Макаронные изделия отварные   | 190        | 7,14             | 5,66         | 47,82         | 267,9                   | С6.2004 № 51 |
| Зелень (укроп, петрушка)  | 1,58       | 0,05             | 0,01         | 0,13          | 0,7                     | ТТК № 41     |
| Нашпик из плодов шиповника (витаминизированный 70)                                | 200        | 0,69             | 0,29         | 34,27         | 130,54                  | ТТК № 809-7  |
| Хлеб пшеничный из муки в/с  | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01         | 58                      | ПП № 932     |
| <b>Итого:</b>   | <b>767</b> | <b>26,15</b>     | <b>24,46</b> | <b>111,48</b> | <b>763,73</b>           |              |
| <b>Льготное питание I смена ( 7-11 лет)-завтрак</b>                               |            |                  |              |               |                         |              |
| Бутерброд горячий с сыром   | 60         | 8,12             | 9,20         | 13,44         | 172                     | С6.2004 № 1  |
| Салат из свеклы с маслом  | 100        | 1,37             | 5,36         | 9,96          | 88                      | С6.2011 № 3  |
| Гуляш   | 100        | 14,58            | 14,82        | 3,99          | 207                     | С6.2004 № 43 |
| Макаронны с сыром   | 180        | 9,91             | 12,40        | 35,21         | 292,8                   | С6.2004 № 3  |
| Чай с молоком   | 200        | 2,97             | 1,72         | 11,41         | 70,85                   | С6.1996 № 63 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием | 20         | 1,57             | 0,59         | 9,80          | 52                      | ПП № 930     |
| <b>Итого:</b>   | <b>660</b> | <b>38,52</b>     | <b>44,09</b> | <b>83,01</b>  | <b>882,65</b>           |              |

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



Сивак О. Г.  
 Колуркина Л.З.  
 Ретина Г.М.

**МЕНЮ**

| Наименование блюда  | Вес блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры   |
|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------|
|   |           | белки            | жиры  | углеводы |                         |               |
| <b>Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед</b>                                   |           |                  |       |          |                         |               |
| Пюре фруктовое  | 90        | 0,54             | 0,18  | 18,09    | 72,41                   |               |
| Борщ с картофелем   | 250       | 1,97             | 3,43  | 16,26    | 99,59                   | С6.2004 № 114 |
| Говядина отварная для I блюд  | 20        | 5,44             | 3,89  | 0,17     | 57,6                    | ТТК № 233     |
| Фрикадельки в соусе   | 105       | 8,35             | 11,21 | 11,30    | 179                     | С6.2004 № 469 |
| Калуста тушеная   | 180       | 4,09             | 4,24  | 19,18    | 122,64                  | С6.2004 № 534 |
| Огурцы свежие, нарезка  | 30        | 0,24             | 0,02  | 0,74     | 4                       | ТТК № 45      |
| Зелень (укроп, петрушка)  | 1,01      | 0,03             | 0     | 0,09     | 0,44                    | ТТК № 41      |
| Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)                               | 200       | 0,68             | 0,28  | 34,26    | 130,52                  | ТТК № 809-50  |
| Хлеб пшеничный из муки в/с  | 25        | 1,72             | 0,25  | 12,01    | 58                      | ПП № 932      |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки  | 25        | 1,67             | 0,25  | 11,03    | 54                      | ПП № 933      |
| Итого:  | 926       | 34,73            | 23,75 | 123,13   | 778,2                   |               |
| Итого:  | 1585      | 63,25            | 67,64 | 206,21   | 1300,85                 |               |
| <b>Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед</b>                                  |           |                  |       |          |                         |               |
| Пюре фруктовое  | 90        | 0,54             | 0,18  | 18,09    | 72,41                   |               |
| Борщ с картофелем   | 250       | 1,97             | 3,43  | 16,26    | 99,59                   | С6.2004 № 114 |
| Говядина отварная для I блюд  | 20        | 5,44             | 3,89  | 0,17     | 57,6                    | ТТК № 233     |
| Фрикадельки в соусе   | 105       | 8,35             | 11,21 | 11,30    | 179                     | С6.2004 № 469 |
| Калуста тушеная   | 180       | 4,09             | 4,24  | 19,18    | 122,64                  | С6.2004 № 534 |
| Огурцы свежие, нарезка  | 40        | 0,32             | 0,03  | 0,99     | 5,33                    | ТТК № 45      |
| Зелень (укроп, петрушка)  | 2,68      | 0,08             | 0,01  | 0,23     | 1,18                    | ТТК № 41      |
| Напиток из плодов шиповника (витаминизированный 50)                               | 200       | 0,68             | 0,28  | 34,26    | 130,52                  | ТТК № 809-50  |
| Хлеб пшеничный из муки в/с  | 25        | 1,72             | 0,25  | 12,01    | 58                      | ПП № 932      |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки  | 25        | 1,67             | 0,25  | 11,03    | 54                      | ПП № 933      |
| Итого:  | 936       | 26,86            | 23,77 | 123,52   | 780,27                  |               |
| <b>Льготное питание II смена (7-11 лет)-Полдник</b>                               |           |                  |       |          |                         |               |
| Бутерброд горячий с сыром   | 60        | 8,12             | 9,20  | 13,44    | 172                     | С6.2004 № 10  |
| Салат из свеклы с маслом  | 100       | 1,37             | 5,36  | 9,96     | 88                      | С6.2011 № 33  |
| Гуляш   | 100       | 14,58            | 14,82 | 3,99     | 207                     | С6.2004 № 437 |
| Макароны с сыром  | 150       | 8,26             | 10,33 | 29,34    | 244                     | С6.2004 № 333 |
| Чай с молоком   | 200       | 2,97             | 1,72  | 11,41    | 70,85                   | С6.1996 № 630 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием | 20        | 1,57             | 0,59  | 9,80     | 52                      | ПП № 930      |
| Итого:  | 630       | 36,87            | 47,02 | 77,94    | 833,85                  |               |
| Итого:  | 1380      | 61,73            | 68,79 | 201,46   | 1614,12                 |               |

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



Сивах О. Г.  
 Кочурина Л.З.  
 Решина Г.М.

## МЕНЮ

16.02.2024

| Наименование блюд   | Вес блюда   | пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецепта |
|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------|
|   |             | белки            | жиры         | углеводы      |                         |           |
| <b>Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-завтрак</b>                              |             |                  |              |               |                         |           |
| Бутерброд горячий с сыром   | 60          | 8,12             | 9,20         | 13,44         | 172                     | С6.2004   |
| Закуска из свежих помидоров   | 60          | 0,65             | 0,12         | 2,23          | 14,4                    | ТТК №     |
| Гуляш   | 100         | 14,58            | 14,82        | 3,99          | 207                     | С6.2004   |
| Макаронны с сыром   | 180         | 9,91             | 12,40        | 35,21         | 292,8                   | С6.2004   |
| Чай с молоком   | 200         | 2,97             | 1,72         | 11,41         | 70,85                   | С6.1996   |
| Батончик "На здоровье"<br>пшенично-ржаной обогащенный<br>витаминами, железом и кальцием | 10          | 0,79             | 0,30         | 4,90          | 26                      | ПП №      |
| <b>Итого:</b>   | <b>610</b>  | <b>37,02</b>     | <b>38,56</b> | <b>71,18</b>  | <b>703,05</b>           |           |
| <b>Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>                                 |             |                  |              |               |                         |           |
| Пюре фруктовое  | 90          | 0,54             | 0,18         | 18,09         | 72,41                   |           |
| Борщ с картофелем   | 250         | 1,97             | 3,43         | 16,26         | 99,59                   | С6.2004   |
| Говядина отварная для I блюд  | 20          | 5,44             | 3,89         | 0,17          | 57,6                    | ТТК №     |
| Фрикадельки в соусе   | 105         | 8,35             | 11,21        | 11,30         | 179                     | С6.2004   |
| Капуста тушеная   | 180         | 4,09             | 4,24         | 19,18         | 122,64                  | С6.2004   |
| Зелень (укроп, петрушка)  | 1,56        | 0,05             | 0,01         | 0,13          | 0,69                    | ТТК №     |
| Напиток из плодов шиповника<br>(витаминизированный 70)                                  | 200         | 0,69             | 0,29         | 34,27         | 130,54                  | ТТК №     |
| Хлеб пшеничный из муки в/с  | 25          | 1,72             | 0,25         | 12,01         | 58                      | ПП №      |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной<br>муки   | 25          | 1,67             | 0,25         | 11,03         | 54                      | ПП №      |
| <b>Итого:</b>   | <b>897</b>  | <b>24,92</b>     | <b>23,75</b> | <b>122,64</b> | <b>774,47</b>           |           |
| <b>Итого:</b>   | <b>1507</b> | <b>61,94</b>     | <b>62,31</b> | <b>193,82</b> | <b>1552,52</b>          |           |
| <b>Льготное питание II смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>                                |             |                  |              |               |                         |           |
| Пюре фруктовое  | 90          | 0,54             | 0,18         | 18,09         | 72,41                   |           |
| Борщ с картофелем   | 250         | 1,97             | 3,43         | 16,26         | 99,59                   | С6.2004   |
| Говядина отварная для I блюд  | 20          | 5,44             | 3,89         | 0,17          | 57,6                    | ТТК №     |
| Фрикадельки в соусе   | 105         | 8,35             | 11,21        | 11,30         | 179                     | С6.2004   |
| Капуста тушеная   | 180         | 4,09             | 4,24         | 19,18         | 122,64                  | С6.2004   |
| Зелень (укроп, петрушка)  | 1,56        | 0,05             | 0,01         | 0,13          | 0,69                    | ТТК №     |
| Напиток из плодов шиповника<br>(витаминизированный 70)                                  | 200         | 0,69             | 0,29         | 34,27         | 130,54                  | ТТК №     |
| Хлеб пшеничный из муки в/с  | 25          | 1,72             | 0,25         | 12,01         | 58                      | ПП №      |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной<br>муки   | 25          | 1,67             | 0,25         | 11,03         | 54                      | ПП №      |
| <b>Итого:</b>   | <b>897</b>  | <b>24,92</b>     | <b>23,75</b> | <b>122,64</b> | <b>774,47</b>           |           |

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Сивак О. Г.  
Кочуркина Л.З.  
Резникова Г.М.

## МЕНЮ

| Наименование блюда   | Вес блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры   |
|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------|
|  |           | белки            | жиры  | углеводм |                         |               |
| <b>Льготное питание II смена ( 12 лет и старше) - Подзник</b>                      |           |                  |       |          |                         |               |
| Бутерброд горячий с сыром  | 60        | 8,12             | 9,20  | 13,44    | 172                     | С6.2004 № 10  |
| Закуска из свежих помидоров  | 60        | 0,65             | 0,12  | 2,23     | 14,4                    | ТТК № 88      |
| Гуляш  | 100       | 14,58            | 14,82 | 3,99     | 207                     | С6.2004 № 437 |
| Макаронь с сыром   | 180       | 9,91             | 12,40 | 35,21    | 292,8                   | С6.2004 № 333 |
| Чай с молоком  | 200       | 2,97             | 1,72  | 11,41    | 70,85                   | С6.1996 № 630 |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием. | 10        | 0,79             | 0,30  | 4,90     | 26                      | ПП № 930      |
| Итого:   | 610       | 37,02            | 38,36 | 71,18    | 783,05                  |               |
| Итого:   | 1597      | 61,54            | 42,31 | 193,62   | 1357,33                 |               |
| <b>СД Льготное питание I смена ( 7 -11 лет)-завтрак</b>                            |           |                  |       |          |                         |               |
| Пюре фруктовое   | 90        | 0,54             | 0,18  | 18,09    | 72,41                   |               |
| Гуляш  | 100       | 14,58            | 14,82 | 3,99     | 207                     | С6.2004 № 437 |
| Макаронь с сыром   | 180       | 9,91             | 12,40 | 35,21    | 292,8                   | С6.2004 № 333 |
| Чай с молоком б/сахара (диета)   | 200       | 3,20             | 1,85  | 2,50     | 39                      | ТТК № 1315    |
| Яблоко   | 159,43    | 0,64             | 0,64  | 15,62    | 78,12                   |               |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием. | 20        | 1,57             | 0,59  | 9,80     | 52                      | ПП № 930      |
| Итого:   | 749       | 30,44            | 30,48 | 85,21    | 741,33                  |               |
| <b>СД Льготное питание I смена ( 7 -11 лет)-Обед</b>                               |           |                  |       |          |                         |               |
| Салат из свежих огурцов  | 100       | 0,71             | 9,88  | 3,12     | 102,32                  | С6.2004 № 16  |
| Борщ с картофелем  | 250       | 1,97             | 3,43  | 16,26    | 99,59                   | С6.2004 № 114 |
| Фрикадельки в соусе  | 105       | 8,35             | 11,21 | 11,30    | 179                     | С6.2004 № 469 |
| Калуста тушеная  | 180       | 4,09             | 4,24  | 19,18    | 122,64                  | С6.2004 № 534 |
| Отвар из плодов шиповника б/сахара   | 200       | 0,68             | 0,28  | 14,30    | 55                      | ТТК № 1311    |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки   | 25        | 1,67             | 0,25  | 11,03    | 54                      | ПП № 933      |
| Итого:   | 860       | 17,47            | 29,29 | 75,19    | 632,55                  |               |
| Итого:   | 1609      | 41,91            | 59,77 | 160,40   | 1353,88                 |               |
| <b>СД Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-завтрак</b>                      |           |                  |       |          |                         |               |
| Гуляш  | 100       | 14,58            | 14,82 | 3,99     | 207                     | С6.2004 № 437 |
| Овощная смесь "Европейская" б/з припущенная  | 100       | 2,67             | 2,59  | 5,27     | 54                      | ТТК № 533     |
| Чай с молоком б/сахара (диета)   | 200       | 3,20             | 1,85  | 2,50     | 39                      | ТТК № 1315    |
| Яблоко   | 153,65    | 0,61             | 0,61  | 15,06    | 75,29                   |               |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием  | 20        | 1,57             | 0,59  | 9,80     | 52                      | ПП № 930      |
| Итого:   | 573       | 22,63            | 20,46 | 36,62    | 427,29                  |               |

Директор

Заместитель производств

Медицинский работник



Силак О. Г.

Кочуркина Л.Э.

Резина Г.М.

## МЕНЮ

Калорийность

| Наименование блюда  | Вес блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры   |
|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------|
|   |           | белки            | жиры  | углеводы |                         |               |
| <b>СД Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед</b> |           |                  |       |          |                         |               |
| Пюре фруктовое  | 90        | 0,54             | 0,18  | 18,09    | 72,41                   |               |
| Салат из свежих огурцов                                   | 100       | 0,71             | 9,88  | 3,12     | 102,32                  | СБ.2004 № 16  |
| Борщ с картофелем   | 250       | 1,97             | 3,43  | 16,26    | 99,59                   | СБ.2004 № 114 |
| Говядина отварная для I блюда                             | 10        | 2,72             | 1,94  | 0,11     | 28,8                    | ТТК № 233     |
| Фрикадельки в соусе                                       | 105       | 8,35             | 11,21 | 11,30    | 179                     | СБ.2004 № 469 |
| Капуста тушеная   | 180       | 4,09             | 4,24  | 19,18    | 122,64                  | СБ.2004 № 534 |
| Отвар из плодов шиповника б/сахара                        | 200       | 0,68             | 0,28  | 14,30    | 55                      | ТТК № 1311    |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки                    | 25        | 1,67             | 0,25  | 11,03    | 54                      | ПП № 933      |
|   | Итого:    | 987              | 20,73 | 71,44    | 79,37                   | 71376         |
|   | Гренок    | 1534             | 43,36 | 61,87    | 10,001                  | 114100        |
| <b>Цельная завтрак I смена (7-11 лет)</b>                 |           |                  |       |          |                         |               |
| Хлебцы гречневые  | 10        | 1,13             | 0,26  | 6,00     | 27,4                    |               |
| Гулкш***  | 100       | 14,47            | 14,81 | 4,12     | 207                     | ТТК № 1355    |
| Каша гречневая рассыпчатая                                | 150       | 7,68             | 5,81  | 41,34    | 237,8                   | СБ.2004 № 508 |
| Зеленя (укроп, петрушка)                                  | 1         | 0,03             | 0     | 0,09     | 0,44                    | ТТК № 41      |
| Чай с сахаром   | 200       | 1,70             | 0,41  | 9,42     | 46,3                    | ТТК № 804     |
| Яблоко  | 153,94    | 0,62             | 0,62  | 15,09    | 75,43                   |               |
|   | Итого:    | 613              | 25,63 | 21,91    | 7,06                    | 59407         |

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

Силак О.Г.  
Кочурова Л.З.  
Репина Е.М.