

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

021 (МСОУ СО № 31)

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 31»
г. Иркутск

Материально-ответственное лицо

Колтурина Л. З.

Дата 01.04.2025

МЕНЮ

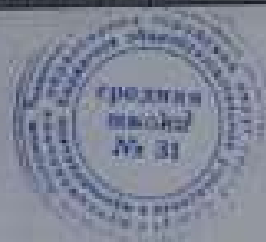
000429

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
		белки	жиры	углеводы		
Обед (7 -11 лет)						
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	106,44	ТТК 637
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для 1 блюда	13	4,29	3,01		44,28	ТТК 631/1
Сметана	20	0,49	3,64	0,68	28,69	ТТК 664
Биточки "Нижний"	100	5,95	8,45	5,73	106,54	ТТК 593
Картофель, запеченный из отварного	150	3,13	4,54	30,69	164,83	ТТК 586
Помидор свежий дольками	50	0,54	0,1	2,55	13,31	ТТК 676/1
Напиток фруктовый "Витаминка"	180	0,39	0,08	7,97	33,44	ТТК 629
Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	13,03	54	ТТК 608
Хлеб пшеничный из муки 80	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Апельсин	105	1,49	0,33	16,95	48,66	ТТК 1032
Итого	777	29,07	26,8	100,5	1127,1	
Стоимость питания 7,25						25,807
Льготное питание (7 -11 лет)						
Новобиточная мясная	100	11,82	13,69	1,41	181,83	ТТК 590/1
Каша геркулесовая разогретая	150	2,03	1,84	50,89	166,06	ТТК 674
Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,31	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки 80	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Пюре фруктовое Фрукта	90			1,16	4,44	
Итого	545	13,85	15,53	73,55	427,24	
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,82	106,44	ТТК 637
Зелень	10	0,3	2,30		34,06	ТТК 631/1
Говядина отварная для 1 блюда	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Сметана	13	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Биточки "Нижний"	100	5,95	8,45	5,73	106,54	ТТК 593
Картофель, запеченный из отварного	150	3,13	4,54	30,69	164,83	ТТК 586
Помидор свежий дольками	40	0,43	0,08	2,04	10,17	ТТК 676/1
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,63	0,09	6,85	37,15	ТТК 629
Хлеб пшеничный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	13,03	54	ТТК 608
Хлеб пшеничный из муки 80	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб пшеничный из муки 80	185	1,49	0,33	16,95	48,66	ТТК 1032
Апельсин						
Итого	777	29,07	26,8	100,5	1127,1	
Стоимость питания 7,25						25,807

Директор

Заведующий производством

Медицинский работник



Синяк О. Г.

Колтурина Л. З.

Резина Г. М.

Пыточное питание (7-11 лет)						
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	4,4	4,74	12,62	105,44	ТТК 637
Говядина отварная для 1 блюда	10	3,3	2,32		34,08	ТТК 631/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 684
Сметана	15	0,97	3,98	0,49	21,51	ТТК 583
Биточек "Нижний"	100	5,95	8,45	5,73	166,54	ТТК 585
Картофель, запеченный из отварного	150	5,13	4,54	30,69	164,83	ТТК 676/1
Помидор свежий дольками	40	0,43	0,08	2,04	10,17	ТТК 629
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,83	37,15	ТТК 609
Хлеб слоенный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 1032
Апельсин	185	1,46	0,33	16,95	46,88	
Итого:	771	27,33	27,03	100,35	512,35	ТТК 550/1
Чай зеленый сладкий	100	11,52	13,59	1,41	161,83	ТТК 574
Каша перловая рассыпчатая	150	2,03	1,64	32,89	159,06	ТТК 613
Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 608
Хлеб слоенный из ржано-пшеничной муки	25	1,72	0,25	12,01	58	
Хлеб пшеничный из муки в/с	90			1,16	4,44	
Пюре фруктовое фруктовое	54	35,27	15,75	24,35	127,04	
Итого:	544	35,27	15,75	24,35	127,04	429,34

Пыточное питание (7-11 лет) СД						
Салат из свежих овощей	60	0,61	2,63	2,54	48,37	ТТК 679/2
Чай зеленый сладкий	100	11,52	13,59	1,41	161,83	ТТК 550/1
Каша перловая рассыпчатая	200	2,7	2,43	43,85	212,06	ТТК 574
Чай зеленый (б/сахара)	200					ТТК 584
Хлеб слоенный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,5	22,08	106	ТТК 609
Итого:	430	17,17	19,05	67,88	326,26	ТТК 576/1
Помидор свежий дольками	100	1,08	0,2	5,11	25,42	ТТК 633
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 684
Говядина отварная для 1 блюда	30	0,88	0,95		102,18	ТТК 631/1
Сметана	30	0,74	3,98	0,99	43,03	ТТК 686
Биточек "Нижний"	100	7,51	17,55	5,75	395,54	ТТК 138
Картофель, запеченный из отварного	100	3,34	4,64	32,74	115,62	ТТК 58
Компот из кураги (б/сахара)	200	1,04	0,06	13,8	59,9	ТТК 58
Хлеб слоенный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 60
Итого:	634	27,33	34,63	66,33	169,42	42,33

Завтрак (12 лет и старше)						
Чай зеленый сладкий	100	11,52	13,59	1,41	161,83	ТТК 58
Перловая отварная с маслом	200	4,5	6,3	39,8	177	ТТК 1
Соус томатный	55	0,32	0,72	1,83	14,69	ТТК 5
Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 6
Хлеб слоенный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 1
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 1
Итого:	634	18,33	21,13	73,18	310,93	14,33

Обед (12 лет и старше)						
Борщ со свежей капустой и картофелем	250	5,5	5,93	16,03	131,8	ТТК 637
Говядина отварная для 1 блюда	7	2,31	1,62		23,64	ТТК 631/1
Сметана	20	0,49	2,54	0,66	28,69	ТТК 686
Биточек "Нижний"	100	5,95	8,45	5,73	166,54	ТТК 585
Картофель печеный с маслом	185	3,66	5,8	33,08	196,51	ТТК 676/1
Чай зеленый с сахаром	200			9,08	24,51	ТТК 608
Хлеб слоенный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 1032
Итого:	612	21,3	24,34	68,62	1,01,83	1,01,83

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Сила
Кочурин
Резин

Льготное питание (12 лет и старше)						
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	5,87	3,29	25,83	157,32	ТТК 606
Масло сливочное	5	0,04	2,13	0,07	33,03	ТТК 1193
Сырники	90	3,19	6,92	14,4	138,14	ТТК 662
Молоко сгущенное	25	2,12	2,11	13,3	79,35	ТТК 1034
Сыр порционный	15	2,17	3,24		51,43	ТТК 608
Напиток "Грушевый"	200	0,02	0,01	9,68	39,82	ТТК 608
Пюре фруктовое Фрума	90			1,18	4,44	
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,00	116	ТТК 608
Итого	525	15,53	10,2	75,1	363,4	
Суп гороховый	250	7,58	5,66	25,68	176,88	ТТК 671
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 631/7
Говядина отварная для 1 блюда	10	3,3	2,32		34,06	ТТК 523
Паста "Школьная" с томатом	250	10,08	13,94	36,58	327,17	ТТК 672
Кукуруза консервированная	40	0,23	0,16	3,96	28	ТТК 629
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,65	37,15	ТТК 609
Хлеб опоченный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 1032
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,8	ТТК 1032
Итого	951	28,33	22,9	110,91	746,23	
Средняя стоимость 1 дня						
					417,22	

Льготное питание (12 лет и старше)						
Суп гороховый	250	7,58	5,66	25,68	176,88	ТТК 671
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 631/7
Говядина отварная для 1 блюда	10	3,3	2,32		34,06	ТТК 523
Паста "Школьная" с томатом	250	10,08	13,94	36,58	327,17	ТТК 672
Кукуруза консервированная	40	0,23	0,16	3,96	28	ТТК 629
Напиток фруктовый "Витаминка"	200	0,43	0,09	8,65	37,15	ТТК 609
Хлеб опоченный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 1032
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,8	ТТК 1032
Итого	521	16,33	12,3	73,4	363,4	
Средняя стоимость 1 дня						
					110,91	

Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	200	5,87	3,29	25,83	157,32	ТТК 606
Масло сливочное	5	0,04	2,13	0,07	33,03	ТТК 65
Сырники	90	3,19	6,92	14,4	138,14	ТТК 119
Молоко сгущенное	25	2,12	2,11	13,3	79,35	ТТК 68
Сыр порционный	15	2,17	3,24		51,43	ТТК 103
Напиток "Грушевый"	200	0,02	0,01	9,68	39,82	ТТК 62
Пюре фруктовое Фрума	90			1,18	4,44	
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,00	116	ТТК 6
Итого	515	16,93	10,2	75,1	363,4	
Средняя стоимость 1 дня						
					110,91	

Льготное питание (12 лет и старше) СД						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	6,9	43,3	ТТК 6
Суп гороховый	250	7,58	5,66	25,68	176,88	ТТК 6
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 6
Говядина отварная для 1 блюда	30	9,89	5,95		102,18	ТТК 6
Паста "Школьная" с томатом	250	10,08	13,94	36,58	327,17	ТТК 6
Компот из смеси сухофруктов (Б/сахара)	200	0,98	0,05	12,58	54,61	ТТК 6
Хлеб опоченный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,5	22,06	106	ТТК 6
Апельсин	100	1,44	0,32	16,44	45,44	ТТК 6
Итого	751	21,33	12,73	124,3	735	
Средняя стоимость 1 дня						
					124,3	

Директор

Заведующий производством

Медицинский работник

[Подпись]



Сила

Кочурин

Решин

Хлеб пшеничный из смеси зерновых хлопьев (бисквит)	200	5.93	3.35	23.19	146.5	11K 555
Масло сливочное	35	0.16	8.5	0.26	152.12	11K 557
Паштеты сырные (бисквит)	85	14.88	6.62	10.29	160.27	11K 559
Сметана	30	0.74	3.90	0.99	43.03	11K 561
Яблока печеные (бисквит)	105	0.48	0.45	13.33	58.82	11K 563
Напиток "Груденка" (бисквит)	200	0.03	0.01	0.8	2.58	11K 565
Хлеб пшеничный из рафинированной муки	25	1.67	0.25	11.03	54	11K 567
Итого	140	24.83	2.15	19.57	117.42	42.75
Средняя стоимость 1 кг						
Питание 12 лет и старше						
Вареники с картошкой отварная	150	6.55	7.34	48.21	260.86	11K 569
Чай зеленый с сахаром	200			0.06	34.51	11K 571
Хлеб пшеничный из рафинированной муки	25	1.67	0.25	11.03	54	11K 573
Итого	275	8.22	7.59	69.31	329.87	54.57
Средняя стоимость 1 кг						
Завтрак (7 - 11 лет)						
Чай зеленый молотый	100	11.53	13.58	1.41	181.83	11K 575
Хлеб пшеничный рассыпчатый	165	2.23	2.02	38.18	174.95	11K 577
Чай зеленый с сахаром	200			0.06	34.51	11K 579
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1.73	0.25	12.01	58	11K 581
Пюре фруктовое Фруита	90			1.18	4.44	
Итого	580	15.47	15.85	52.64	443	122.10
Средняя стоимость 1 кг						

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник

[Подпись]



Силаев О. С.
Кочурова Л. З.
Резина Г. М.