

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

021 (МБОУ СОШ № 31)

Официальный сайт
Официальное учреждение
МБОУ СОШ № 31
«Комбинат школьного питания»
ОГРН 1045001000000
Дата 09.04.2025

Материально-ответственное лицо

Кочуркина Л. З.

МЕНЮ

000431

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Обед (7 -11 лет)						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	50	1,18	0,17	6,18	25,11	ТТК 874/1
Рассольник "Пензенградский"	250	1,33	6,21	7,17	62,48	ТТК 838
Зеленка	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 871
Говядина отварная для I блюда	25	7,58	5,33		78,33	ТТК 831/1
Сметана	30	0,74	3,98	0,99	43,03	ТТК 884
Котлеты "Белорусские"	100	14,48	23,97	8,27	308,93	ТТК 1448
Горошек	200	4,83	3,43	33,23	191,8	ТТК 570
Компот из свежих яблок (вил 50)	200	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 823-50
Хлеб отрубной из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 809
Хлеб пшеничный из муки вс	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 808
Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,87	0,07	58,33	226,67	
Итого:	820	42,77	41,12	144,47	1119,82	
Стоимость питания, руб.						238,06
Льготное питание (7 -11 лет)						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	6,8	43,3	ТТК 874/1
Фасоль	100	7,3	7,74	2,6	112,98	ТТК 548
Рис отварной	100	2,38	1,05	5,43	47,01	ТТК 584
Печенье "Алексия шоколадные"	50	1,1	5,83	13,32	101,15	ТТК 1390
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,59	27,8	ТТК 814
Хлеб отрубной из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 809
Хлеб пшеничный из муки вс	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 808
Итого:	650	16,33	17,39	50,77	489,24	
Витерет овощной	100	1,31	10,18	9,91	100,13	ТТК 870
Рассольник "Пензенградский"	200	1,05	4,97	5,74	73,97	ТТК 838
Зеленка	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 871
Сметана	30	0,74	3,98	0,99	43,03	ТТК 884
Говядина отварная для I блюда	20	6,8	4,64		68,12	ТТК 831/1
Горошек	180	4,35	3,09	29,91	172,44	ТТК 570
Компот из свежих яблок (вил 50)	200	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 823-50
Хлеб отрубной из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 809
Хлеб пшеничный из муки вс	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 808
Яблоко	120	0,48	0,01	13,66	27,83	ТТК 889
Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,87	0,07	58,33	226,67	
Котлеты "Белорусские"	100	14,48	23,97	8,27	308,93	ТТК 1448
Итого:	1000	32,13	51,43	122,32	1117,13	
Стоимость питания, руб.						411,75

Директор

Заведующий производством

Медицинский работник

Силаев О. Г.

Кочуркина Л. З.

Резина Т. М.

Льготное питание (7-11 лет)

Винегрет овощной	100	1,31	10,16	9,91	100,13	ТТК 670
Рассольник "Пензенградский"	200	1,06	4,97	5,74	73,97	ТТК 638
Зеленя	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Сметана	30	0,74	3,96	0,99	43,03	ТТК 664
Говядина отварная для 1 блюда	30	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Горошек	180	4,35	3,09	29,91	172,44	ТТК 670
Компот из свежих яблок (лит 50)	200	0,58	0,07	11,19	43,34	ТТК 633-60
Хлеб пшеничный из ржанопшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки 1С	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Яблоко	130	0,48	0,01	13,88	37,83	ТТК 663
Фруктовый пастелек (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	226,87	
Котлета "Белорусская"	100	14,48	23,97	8,27	305,93	ТТК 1449
Итого:	1000	31,16	33,17	133,32	2107,6	
Стоимость питания руб.						
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	6,9	43,3	ТТК 674/1
Финиш	100	7,3	7,74	2,8	112,96	ТТК 548
Рис белый	180	2,36	1,06	5,43	47,61	ТТК 584
Чай с лимоном	50	1,1	5,63	13,32	101,15	ТТК 1399
Печенье "Клементь шоколадное"	200	0,23	0,39	7,55	27,8	ТТК 614
Чай с лимоном	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из ржанопшеничной муки	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб пшеничный из муки 1С	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	1000	10,37	22,57	50,39	449,24	
Стоимость питания руб.						
						314,77

Льготное питание (7-11 лет) СД

Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	60	1,2	0,18	5,34	25,96	ТТК 674/1
Финиш	100	7,3	7,74	2,8	112,96	ТТК 548
Рис белый	180	2,36	1,06	5,43	56,41	ТТК 584
Чай с лимоном (бюджет)	200	0,23	0,06	0,36	2,83	ТТК 566
Чай с лимоном (бюджет)	50	3,34	0,5	22,06	108	ТТК 609
Хлеб пшеничный из ржанопшеничной муки	130	0,92	0,01	15,02	38,15	ТТК 609
Яблоко	130	0,48	0,01	13,88	37,83	
Итого:	700	13,62	9,74	47,1	331,13	
Стоимость питания руб.						
Винегрет овощной	100	1,31	10,16	9,91	100,13	ТТК 670
Рассольник "Пензенградский"	200	1,32	6,21	7,17	62,46	ТТК 638
Зеленя	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Сметана	10	0,25	1,32	0,33	14,34	ТТК 664
Говядина отварная для 1 блюда	15	4,95	3,48	0,21	51,09	ТТК 631
Горошек	180	4,35	3,09	29,91	172,44	ТТК 670
Компот из свежих яблок (бюджет)	200	0,08	0,07	2,11	9,38	ТТК 680
Хлеб пшеничный из ржанопшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки 1С	130	0,44	0,33	11,21	56,76	ТТК 663
Гречка	100	14,48	23,97	8,27	305,93	ТТК 1449
Котлета "Белорусская"	100	14,48	23,97	8,27	305,93	ТТК 1449
Итого:	900	38,26	59,67	80,22	631,94	
Стоимость питания руб.						
						101,05

Защит (12 лет и старше)

Финиш	100	7,3	7,74	2,8	112,96	ТТК 548
Рис отварной с маслом	200	7,78	15,86	57,41	486,61	ТТК 1423
Огурцы свежие	60	0,47	0,06	2,08	9,37	ТТК 675/1
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб пшеничный из муки 1С	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб пшеничный из ржанопшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	610	17,13	24,35	72,29	701,66	
Стоимость питания руб.						
						102,45

Директор
Заведующий производством
Медицинской работкой



Сивак О. Г.
Колупина Л. З.
Ремня Г. М.

Обед (12 лет и старше)

Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	40	0,8	0,12	3,96	17,30	ТТК 674/1
Голубцы "Пенные"	250	1,32	0,21	7,17	92,48	ТТК 658
Пюре картофельное	180	8,27	7,11	30,81	283,29	ТТК 1418
Котлет из свинья аблок (вкл 70)	300	0,08	0,07	11,19	43,24	ТТК 623-70
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 608
Котлеты "Белорусские"	100	14,48	25,07	8,27	305,93	ТТК 1448
Итого:	820	27,83	7,03	95,53	829,24	
Стоимость питания руб.					829,24	

Льготное питание (12 лет и старше)

Кукуруза консервированная	20	0,11	0,08	1,98	14	ТТК 672
Голубцы "Пенные"	100	8,2	6,78	9,3	130	ТТК 1388
Макаронные изделия отварные цветные	180	3,37	2,71	33,42	180,78	ТТК 578
Чай зеленый с сахаром	180			8,17	22,08	ТТК 613
Печенье "Халва шоколадная"	50	1,1	5,83	13,32	101,15	ТТК 1389
Сыр порционный	15	2,17	3,24		31,43	ТТК 1034
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 608
Итого:	590	20,54	19,23	85,23	329,42	

Суп картофельный с фасолью	250	1,6	3,48	9,13	70,69	ТТК 640
Говядина отварная для 1 блюда	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Жирное сало - Петровски	250	15,68	15,2	18,1	307,24	ТТК 520
Сок фруктовый	300	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1362
Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	228,67	
Хлеб слоенный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	118	ТТК 608
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,8	ТТК 1032
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	40	1,2	0,18	5,34	25,98	ТТК 674/1
Итого:	1031	37,9	27,6	153,54	1171,93	
Стоимость питания руб.					1171,93	

Льготное питание (12 лет и старше)

Суп картофельный с фасолью	250	1,6	3,48	9,13	70,69	ТТК 640
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для 1 блюда	20	6,6	4,64		68,12	ТТК 631/1
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Жирное сало - Петровски	250	15,68	15,2	18,1	307,24	ТТК 520
Сок фруктовый	300	0,2	1	20,6	86,4	ТТК 1362
Фруктовые пастилки (ролл)	15	0,67	0,07	55,33	228,67	
Хлеб слоенный из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки в/с	50	3,44	0,5	24,02	118	ТТК 608
Апельсин	150	1,35	0,3	15,41	42,8	ТТК 1032
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	40	1,2	0,18	5,34	25,98	ТТК 674/1
Итого:	1031	37,9	27,6	153,54	1171,93	
Стоимость питания руб.					1171,93	
Кукуруза консервированная	20	0,11	0,08	1,98	14	ТТК 672
Голубцы "Пенные"	100	8,2	6,78	9,3	130	ТТК 1388
Макаронные изделия отварные цветные	180	3,37	2,71	33,42	180,78	ТТК 578
Чай зеленый с сахаром	180			8,17	22,08	ТТК 613
Печенье "Халва шоколадная"	50	1,1	5,83	13,32	101,15	ТТК 1389
Сыр порционный	15	2,17	3,24		31,43	ТТК 1034
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 608
Итого:	590	20,54	19,23	85,23	329,42	
Стоимость питания руб.					329,42	

Директор
Заведующий производством
Медицинский работник



Севак О. Г.
Котуркина Л. Э.
Репина Г. М.

Питание 12 лет и старше

Картофель тушеный	180	2,79	7,38	27,5	133,48	ТТК 687
Огурец свежий	50	0,24	0,03	1,03	4,68	ТТК 676/1
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого:	445	4,05	7,95	47,63	229,94	

Среднедневная норма

Льготное питание (12 лет и старше) СД

Помидор свежий дольками	80	0,68	0,18	4,09	26,33	ТТК 679/1
Голубцы "Пеночные"	100	8,2	6,75	9,3	130	ТТК 1388
Макаронные изделия отварные цитронные	200	3,74	3,61	37,13	178,64	ТТК 678
Сыр пармезан	40	5,78	8,64		63,62	ТТК 1034
Чай зеленый (букварь)	200					ТТК 664
Хлеб отрубной из ржано-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	445	19,29	15,04	61,24	402,53	
Салатное ассорти (огурцы, помидоры)	100	2	0,3	8,9	43,3	ТТК 674/1
Суп картофельный с фасолью	200	1,8	3,48	9,13	70,89	ТТК 640
Зеленая	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 671
Говядина отварная для 1 блюда	30	9,68	8,95		102,18	ТТК 631/1
Сметана	30	0,74	3,98	0,99	43,03	ТТК 664
Мороженое по - Петровски	250	15,68	15,2	18,1	307,24	ТТК 620
Крем-суп из курицы	200	1,64	0,09	23,78	99,82	ТТК 1057
Хлеб отрубной из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,5	22,06	108	ТТК 609
Апельсин	188	1,48	0,33	18,95	46,88	ТТК 1032
Итого:	1294	35,41	33,79	100	623,91	

Среднедневная норма

Запеканка (7 - 18 лет)

Фасоль	100	7,3	7,74	2,8	112,88	ТТК 548
Рис отварной	200	3,14	1,4	7,24	82,68	ТТК 584
Салатное ассорти (огурцы, помидоры)	25	0,5	0,08	2,23	10,83	ТТК 674/1
Чай с лимоном	200	0,23	0,39	7,09	27,8	ТТК 614
Печенье "Кислота шоколадная"	80	1,1	5,83	13,32	101,15	ТТК 1399
Хлеб отрубной 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 608
Оладьи картофельные (соль)	15	0,87	0,07	55,33	228,07	
Итого:	710	16,71	15	101,79	624,11	

Среднедневная норма

Директор
Заведующий производством
Медицинской работами



Севак О. Г.
Конурова Л. З.
Репина Г. М.