



**Сургутское городское муниципальное унитарное предприятие «Комбинат школьного питания»**

г. Сургут  
ГОРОДСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ  
«КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО  
ПИТАНИЯ»

Структурное подразделение Столовая МБОУ лицей № 3 МБОУ МБОУ лицей №3

Материально-ответственное лицо Мазур Н.Д. Дата 10.04.2024

**МЕНЮ**

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>							
Рыба, под шубкой (минтай порц.)	100	13,81	7,34	5,33	143	ТТК № 361	70,20
Рис "Солнечный"	160	4,37	4,64	37,67	217,85	ТТК № 528	25,08
Зелень (укроп, петрушка)	1,05	0,03	0	0,09	0,46	ТТК № 41	0,95
Морская капуста	45	0,44	1,76	2,21	26,55	ТТК № 56	39,71
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье сдобное "Кокосовое"	40	2,85	17,84	26,08	240,44	ТУ № 1506	12,17
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
<b>Итого:</b>	<b>591</b>	<b>24,92</b>	<b>32,43</b>	<b>103,89</b>	<b>781,55</b>		<b>166,00</b>
<b>Обед (7 -11 лет)</b>							
Салат из свежих помидоров и огурцов	105	1,03	10,47	4,87	116,76	ТТК №3	48,97
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Говядина отварная для I блюд	30	8,16	5,83	0,23	86,4	ТТК № 233	50,73
Рыба, под шубкой (минтай порц.)	100	13,81	7,34	5,33	143	ТТК № 361	70,20
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,32
Зелень (укроп, петрушка)	0,95	0,03	0	0,08	0,42	ТТК № 41	0,86
Напиток лимонный (витаминизированный 50)	200	0,13	0,02	24,66	96,27	ТТК № 828-50	7,39
Печенье сдобное "Кокосовое"	40	2,85	17,84	26,08	240,44	ТУ № 1506	12,17
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
<b>Итого:</b>	<b>951</b>	<b>36,94</b>	<b>49,88</b>	<b>146,10</b>	<b>1 150,95</b>		<b>248,00</b>
<b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>							
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,22
Зелень (укроп, петрушка)	0,5	0,01	0	0,04	0,22	ТТК № 41	0,45
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	30	0,32	0,06	1,12	7,2	ТТК № 44	15,19
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
<b>Итого:</b>	<b>436</b>	<b>7,10</b>	<b>5,54</b>	<b>66,25</b>	<b>353,75</b>		<b>55,00</b>

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Гостановский А.В.  
Мазур Н.Д.  
Шихбабаева З.З.



## МЕНЮ

10.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>							
Рыба, тушеная в томате с овощами (треска)	100	9,52	4,75	4,93	102	С6.2004 № 374	86,72
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,22
Зелень (укроп, петрушка)	0,88	0,03	0	0,07	0,39	ТТК № 41	0,79
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье сдобное "Кокосовое"	40	2,85	17,84	26,08	240,44	ТУ № 1506	12,39
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	566	20,74	28,66	105,97	741,16		146,00
<b>Обед (12 лет и старше)</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Рыба, тушеная в томате с овощами (треска)	100	9,52	4,75	4,93	102	С6.2004 № 374	86,72
Рис припущенный	200	4,66	5,08	48,88	260	С6.2004 № 512	22,17
Зелень (укроп, петрушка)	0,28	0,01	0	0,02	0,12	ТТК № 41	0,25
Напиток лимонный (витаминизированный 70)	200	0,13	0,02	24,66	96,29	ТТК № 828-70	7,50
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	795	20,33	13,01	120,96	680,99		146,00
<b>ГПД (7-11 лет)-Обед</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,18	1,86	16,53	90,06	С6.2004 № 140	14,87
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233	16,91
Гречанники с соусом	100	8,52	14,04	11,24	203	ТТК № 285	48,95
Пюре из бобовых	200	22,60	6,70	47,22	364	С6.1997 № 317	13,53
Зелень (укроп, петрушка)	0,81	0,02	0	0,07	0,36	ТТК № 41	0,73
Компот из вишни с/м и яблок (вит.50)	200	0,23	0,11	13,46	53	ТТК № 843-50	18,61
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	10	0,79	0,30	4,90	26	ПП № 930	3,38
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	746	38,78	25,20	105,54	823,22		120,99
<b>ГПД (7-11 лет)-Полдник</b>							
Масло сливочное	1,06	0,01	0,77	0,01	7,07	ТТК № 43	1,04
Какао с молоком сгущенным	180	3,14	3,03	20,06	119,7	С6.2004 № 694	23,00
Булочка ванильная	100	8,12	9,01	60,42	353	С6.2004 № 767	10,96
Итого:	281	11,27	12,81	80,49	479,77		35,00
Итого:	1 027	50,05	38,01	186,03	1 302,99		156,00

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Гостановский А.В.  
Мазур Н.Д.  
Шихбабаева З.З.



## МЕНЮ

10.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
<b>Льготное питание I смена ( 7 -11 лет)-Завтрак</b>							
Рыба, под шубкой (минтай порц.)	100	13,81	7,34	5,33	143	ТТК № 361	70,20
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,22
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье сдобное "Кокосовое"	40	2,85	17,84	26,08	240,44	ТУ № 1506	12,17
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	585	25,20	32,03	107,28	793,57		146,12
<b>Льготное питание I смена ( 7 -11 лет)-Обед</b>							
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78	18,58
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408	78,15
Филе индейки отварное для I блюд	30	8,59	1,46	0,26	48	ТТК № 415	31,78
Картофель, запеченный в сметанном соусе.	180	4,09	7,97	23,95	183,36	ТТК № 535	38,02
Зелень (укроп, петрушка)	0,64	0,02	0	0,05	0,28	ТТК № 41	0,58
Напиток из брусники (витаминизированный 50)	190	0,17	0,12	16,80	65,55	ТТК № 812-50	26,14
Сосиска запеченная в тесте	100	10,59	11,29	30,41	265	С6.2004 № 747	45,27
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	996	49,57	42,01	135,96	1 109,37		267,88
Итого:	1 581	74,77	74,04	243,24	1 902,94		414,00
<b>Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Обед</b>							
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78	18,58
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408	78,15
Филе индейки отварное для I блюд	30	8,59	1,46	0,26	48	ТТК № 415	31,78
Картофель, запеченный в сметанном соусе.	180	4,09	7,97	23,95	183,36	ТТК № 535	38,02
Зелень (укроп, петрушка)	0,64	0,02	0	0,05	0,28	ТТК № 41	0,58
Напиток из брусники (витаминизированный 50)	190	0,17	0,12	16,80	65,55	ТТК № 812-50	26,15
Сосиска запеченная в тесте	100	10,59	11,29	30,41	265	С6.2004 № 747	45,27
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	996	49,57	42,01	135,96	1 109,37		267,88

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник

Тостановский А.В.  
Мазур Н.Д.  
Шихбабаева З.З.



## МЕНЮ

10.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
<b>Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Полдник</b>							
Рыба, под шубкой (минтай порц.)	100	13,81	7,34	5,33	143	ТТК № 361	70,20
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,22
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье сдобное "Кокосовое"	40	2,85	17,84	26,08	240,44	ТУ № 1506	12,17
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	585	25,20	32,03	107,28	793,57		146,12
Итого:	1 581	74,77	74,04	243,24	1 902,94		414,00
<b>Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Завтрак</b>							
Рыба, под шубкой (треска)	100	13,87	7,18	5,33	142	ТТК № 361	101,17
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,22
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье сдобное "Кокосовое"	40	2,85	17,84	26,08	240,44	ТУ № 1506	12,39
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	585	25,26	31,87	107,28	792,57		177,30
<b>Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-Обед</b>							
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78	18,58
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408	78,15
Филе индейки отварное для I блюд	40	11,46	1,94	0,32	64	ТТК № 415	42,38
Картофель, запеченный в сметанном соусе.	190	4,32	8,41	25,28	193,55	ТТК № 535	40,14
Зелень (укроп, петрушка)	0,54	0,02	0	0,05	0,24	ТТК № 41	0,49
Напиток из брусники (витаминизированный 70)	200	0,18	0,13	26,63	103,41	ТТК № 812-70	27,63
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	926	42,09	31,65	116,77	908,38		236,72
Итого:	1 511	67,35	63,52	224,05	1 700,95		414,02

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Тостановский А.В.  
Мазур Н.Д.  
Шихбабаева З.З.

## МЕНЮ

10.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
		белки	жиры	углеводы			
<b>Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед</b>							
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78	18,58
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,72	2,32	20,66	112,58	С6.2004 № 140	18,59
Котлета из индейки "Чемпион"	100	18,33	9,91	9,55	200	ТТК № 408	78,15
Филе индейки отварное для I блюда	40	11,46	1,94	0,32	64	ТТК № 415	42,38
Картофель, запеченный в сметанном соусе.	190	4,32	8,41	25,28	193,55	ТТК № 535	40,13
Зелень (укроп, петрушка)	0,54	0,02	0	0,05	0,24	ТТК № 41	0,49
Напиток из брусники (витаминизированный 70)	200	0,18	0,13	26,63	103,41	ТТК № 812-70	27,63
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	926	42,09	31,65	116,77	908,38		236,72
<b>Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник</b>							
Рыба, под шубкой (треска)	100	13,87	7,18	5,33	142	ТТК № 361	101,17
Рис "Солнечный"	180	4,92	5,22	42,38	245,08	ТТК № 528	28,22
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56	17,65
Теплый напиток "Лимонный"	200	0,13	0,01	10,70	43,25	ТТК № 856	7,11
Печенье сдобное "Кокосовое"	40	2,85	17,84	26,08	240,44	ТУ № 1506	12,36
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	20	1,57	0,59	9,80	52	ПП № 930	6,75
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932	4,02
Итого:	585	25,26	31,87	107,28	792,57		177,28
Итого:	1 511	67,35	63,52	224,05	1 700,95		414,00

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Тостановский А.В.  
Мазур Н.Д.  
Шихбабаева З.З.