



Сургутское городское муниципальное унитарное предприятие «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

Столовая МБОУ
лицей № 3

МБОУ

МБОУ лицей №3

Материально-ответственное лицо

Мазур Н.Д.

Дата

01.12.2023

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Биточек "Лада"	100	12,70	20,74	10,23	280	ТТК № 302
Рис цветной	180	4,26	4,52	36,73	212,4	ТТК № 528
Зелень (укроп, петрушка)	0,46	0,01	0	0,04	0,2	ТТК № 41
Морская капуста	30	0,29	1,18	1,47	17,7	ТТК № 56
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Печенье сдобное "Вечернее"	50	3,83	15,33	58,71	264,95	ТУ № 1538
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:	617	26,18	42,67	139,63	934,37	
Обед (7 - 11 лет)						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Биточек "Лада"	100	12,70	20,74	10,23	280	ТТК № 302
Рис цветной	200	4,73	5,03	40,81	236	ТТК № 528
Зелень (укроп, петрушка)	0,72	0,02	0	0,06	0,32	ТТК № 41
Компот "Сливовый № 1" (вит.50)	200	0,22	0,08	23,97	92,58	ТТК № 831-50
Печенье сдобное "Вечернее"	50	3,83	15,33	58,71	264,95	ТУ № 1538
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:	851	30,45	45,35	177,50	1 119,13	
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Каша гречневая с овощами	185	8,00	9,85	43,29	280,71	ТТК № 522
Зелень (укроп, петрушка)	0,6	0,02	0	0,05	0,26	ТТК № 41
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	25	0,27	0,05	0,93	6	ТТК № 44
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
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:	468	13,38	10,80	76,72	446,09	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

01.12.2023

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (12 лет и старше)						
Биточек "Лада"	100	12,70	20,74	10,23	280	ТТК № 302
Рис с овощами	200	4,52	8,23	41,72	268	ТТК № 527
Зелень (укроп, петрушка)	1,34	0,04	0,01	0,11	0,59	ТТК № 41
Морская капуста	20	0,20	0,78	0,98	11,8	ТТК № 56
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Печенье сдобное "Вечернее"	50	3,83	15,33	58,71	264,95	ТУ № 1538
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:	628	26,38	45,99	144,20	984,46	
Обед (12 лет и старше)						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Биточек "Лада"	100	12,70	20,74	10,23	280	ТТК № 302
Рис с овощами	180	4,07	7,40	37,55	241,2	ТТК № 527
Зелень (укроп, петрушка)	0,71	0,02	0	0,06	0,31	ТТК № 41
Компот "Сливовый № 1" (вит.70)	180	0,21	0,07	21,57	83,35	ТТК № 831-70
Печенье сдобное "Вечернее"	50	3,83	15,33	58,71	264,95	ТУ № 1538
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:	811	29,78	47,71	171,84	1 115,09	
ГПД (7-11 лет)-Обед						
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай порционно)	100	9,54	4,92	5,74	103	ТТК № 339
Макароны с сыром	165	9,09	11,36	32,27	268,4	С6.2004 № 333
Зелень (укроп, петрушка)	0,82	0,02	0	0,07	0,36	ТТК № 41
Компот из смородины с/м (витаминизированный 50)	200	0,38	0,14	26,20	102,01	ТТК № 825-50
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:	766	27,98	20,59	108,00	719,05	
ГПД (7-11 лет)-Полдник						
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3	ТТК № 804
Печенье сдобное "Кокосовое"	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Итого:	250	5,26	22,71	39,80	346,85	
Итого:	1 016	33,24	43,30	147,80	1 065,9	
Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак						
Биточек "Лада"	100	12,70	20,74	10,23	280	ТТК № 302
Рис цветной	180	4,26	4,52	36,73	212,4	ТТК № 528
Морская капуста	30	0,29	1,18	1,47	17,7	ТТК № 56
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Печенье сдобное "Вечернее"	50	3,83	15,33	58,71	264,95	ТУ № 1538
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:	617	26,17	42,67	139,59	934,17	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник

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



МЕНЮ

01.12.2023

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком зелёным	100	0,88	9,92	3,89	106,9	С6.2004 № 20
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Компот "Сливовый № 1" (вит.50)	200	0,22	0,08	23,97	92,58	ТТК № 831-50
Мандарин	120	0,90	0,22	8,20	44,4	
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:	960	36,29	31,24	113,54	883,96	
Итого:	1 577	62,46	73,91	253,13	1 818,13	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком зелёным	100	0,88	9,92	3,89	106,9	С6.2004 № 20
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Компот "Сливовый № 1" (вит.50)	200	0,22	0,08	23,97	92,58	ТТК № 831-50
Мандарин	120	0,90	0,22	8,20	44,4	
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:	960	36,29	31,24	113,54	883,96	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Биточек "Лада"	100	12,70	20,74	10,23	280	ТТК № 302
Рис цветной	180	4,26	4,52	36,73	212,4	ТТК № 528
Морская капуста	30	0,29	1,18	1,47	17,7	ТТК № 56
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Печенье сдобное "Вечернее"	50	3,83	15,33	58,71	264,95	ТУ № 1538
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:	617	26,17	42,67	139,59	934,17	
Итого:	1 577	62,46	73,91	253,13	1 818,13	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-завтрак						
Биточек "Лада"	100	12,70	20,74	10,23	280	ТТК № 302
Рис цветной	180	4,26	4,52	36,73	212,4	ТТК № 528
Морская капуста	30	0,29	1,18	1,47	17,7	ТТК № 56
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Печенье сдобное "Вечернее"	50	3,83	15,33	58,71	264,95	ТУ № 1538
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:	617	26,17	42,67	139,59	934,17	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком зелёным	100	0,88	9,92	3,89	106,9	С6.2004 № 20
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Компот "Сливовый № 1" (вит.70)	200	0,23	0,08	23,97	92,61	ТТК № 831-70
Мандарин	120	0,90	0,22	8,20	44,4	
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:	960	36,30	31,24	113,54	883,99	
Итого:	1 577	62,47	73,91	253,13	1 818,16	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов с луком зелёным	100	0,88	9,92	3,89	106,9	С6.2004 № 20
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28	С6.2004 № 139
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Паста "Карбонара" с филе индейки	230	22,62	14,91	33,65	366	ТТК № 418
Компот "Сливовый № 1" (вит.70)	200	0,23	0,08	23,97	92,61	ТТК № 831-70
Мандарин	120	0,90	0,22	8,20	44,4	
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:	960	36,30	31,24	113,54	883,99	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

01.12.2023

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Биточек "Лада"	100	12,70	20,74	10,23	280	ТТК № 302
Рис цветной	180	4,26	4,52	36,73	212,4	ТТК № 528
Морская капуста	30	0,29	1,18	1,47	17,7	ТТК № 56
Чай с лимоном	207	1,70	0,40	9,41	47,12	ТТК № 803
Печенье сдобное "Вечернее"	50	3,83	15,33	58,71	264,95	ТУ № 1538
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:	617	26,17	42,67	139,59	934,17	
Итого:	1 577	62,47	73,91	253,13	1 818,16	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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