

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 07.03.2023

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Плов	150	16,41	14,63	25,63	299	С6.2004 № 443
Зелень (укроп, петрушка)	1	0,03	0	0,09	0,44	ТТК № 41
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92	С6.1996 № 630
Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	89	
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:	601	24,71	17,49	81,14	592,44	
Обед (7 - 11 лет)						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Плов	150	16,41	14,63	25,63	299	С6.2004 № 443
Зелень (укроп, петрушка)	1	0,03	0	0,09	0,44	ТТК № 41
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
Апельсин	180	1,62	0,36	14,58	80,1	
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:	831	24,91	19,27	86,33	625,54	
Бесплатное питание (12 лет и старше)						
Сыр (порциями)	20	4,89	4,59	0	61,91	С6.2004 № 97
Плов с изюмом	190	4,33	16,67	48,08	366,52	ТТК № 542
Зелень (укроп, петрушка)	1,43	0,04	0,01	0,12	0,63	ТТК № 41
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	436	12,68	21,93	73,17	547,06	
Завтрак (12 лет и старше)						
Плов	150	16,41	14,63	25,63	299	С6.2004 № 443
Зелень (укроп, петрушка)	1	0,03	0	0,09	0,44	ТТК № 41
Чай с молоком сгущенным	200	3,08	1,96	16,18	92	С6.1996 № 630
Апельсин	200	1,80	0,40	16,20	89	
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:	601	24,71	17,49	81,14	592,44	

Директор ОУ
 Заведующий производством
 Медицинский работник

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

МЕНЮ

07.03.2023

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Обед (12 лет и старше)						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Плов	150	16,41	14,63	25,63	299	С6.2004 № 443
Зелень (укроп, петрушка)	0,87	0,03	0	0,07	0,38	ТТК № 41
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
Апельсин	185	1,67	0,37	14,99	82,33	
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:	836	24,96	19,28	86,72	627,71	
ГПД (7-11 лет)-Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Хлебец печеночный	100	12,01	5,29	7,62	124	ТТК № 225
Рис припущенный	160	3,73	4,06	39,10	208	С6.2004 № 512
Зелень (укроп, петрушка)	1	0,03	0	0,09	0,44	ТТК № 41
Компот "Сливовый № 2" (вит.20)	200	0,30	0,09	25,06	97	ТТК № 832-20
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:	761	21,22	13,31	104,94	615,44	
ГПД (7-11 лет)-Полдник						
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
Булочка домашняя	100	7,17	12,17	57,41	365	С6.2004 № 769
Итого:	300	8,87	12,58	70,37	425	
Итого:	1 061	30,09	25,89	175,31	1 040,44	
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Завтрак						
Хлебец печеночный	75	9,01	3,97	5,72	93	ТТК № 225
Рис припущенный	100	2,33	2,54	24,44	130	С6.2004 № 512
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	44,5	
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:	525	17,33	7,62	74,26	439,5	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

07.03.2023

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Суп с клецками	200	2,23	2,97	11,30	80	С6.2004 № 155
Рыба, тушенная в томате с овощами (сёмга)	100	11,51	8,98	4,93	148	ТТК № 315
Каша вязкая ячневая	100	2,05	2,48	12,76	86	С6.2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	1,04	0,03	0	0,09	0,46	ТТК № 41
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
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:	651	20,91	15,34	65,08	486,46	
Итого:	1 176	38,24	22,96	139,34	925,96	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Суп с клецками	200	2,23	2,97	11,30	80	С6.2004 № 155
Рыба, тушенная в томате с овощами (сёмга)	100	11,51	8,98	4,93	148	ТТК № 315
Каша вязкая ячневая	100	2,05	2,48	12,76	86	С6.2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	1,04	0,03	0	0,09	0,46	ТТК № 41
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
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:	651	20,91	15,34	65,08	486,46	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Хлебец печеночный	75	9,01	3,97	5,72	93	ТТК № 225
Рис припущенный	100	2,33	2,54	24,44	130	С6.2004 № 512
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	44,5	
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:	525	17,33	7,62	74,26	439,5	
Итого:	1 176	38,24	22,96	139,34	925,96	
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак						
Хлебец печеночный	75	9,01	3,97	5,72	93	ТТК № 225
Рис припущенный	100	2,33	2,54	24,44	130	С6.2004 № 512
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	44,5	
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:	525	17,33	7,62	74,26	439,5	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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

МЕНЮ

07.03.2023

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Суп с клецками	200	2,23	2,97	11,30	80	С6.2004 № 155
Рыба, тушеная в томате с овощами (сёмга)	100	11,51	8,98	4,93	148	ТТК № 315
Каша вязкая ячневая	100	2,05	2,48	12,76	86	С6 2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	1,04	0,03	0	0,09	0,46	ТТК № 41
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
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:	651	20,91	15,34	65,08	486,46	
Итого:	1 176	38,24	22,96	139,34	925,96	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Суп с клецками	200	2,23	2,97	11,30	80	С6.2004 № 155
Рыба, тушеная в томате с овощами (сёмга)	100	11,51	8,98	4,93	148	ТТК № 315
Каша вязкая ячневая	100	2,05	2,48	12,76	86	С6 2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	1,04	0,03	0	0,09	0,46	ТТК № 41
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
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:	651	20,91	15,34	65,08	486,46	
Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Хлебец печеночный	75	9,01	3,97	5,72	93	ТТК № 225
Рис припущенный	100	2,33	2,54	24,44	130	С6.2004 № 512
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	12,96	60	ТТК № 804
Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	44,5	
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:	525	17,33	7,62	74,26	439,5	
Итого:	1 176	38,24	22,96	139,34	925,96	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



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