

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

**000132**

Сургутское городское муниципальное  
унитарное предприятие  
«КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО  
ПИТАНИЯ»

Столовая МБОУ  
лицей № 3

МБОУ МБОУ лицей №3

Мазур Н.Д.

Дата 21.11.2023

**МЕНЮ**

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Говядина, тушенная с тыквой (говядина ПП, овощи сырье)	100	15,43	16,18	4,61	225	ТТК № 266-1
Каша вязкая ячневая	195	4,00	4,84	24,88	167,7	С6 2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	0,86	0,02	0	0,07	0,38	ТТК № 41
Огурцы свежие, нарезка	30	0,24	0,02	0,74	4	ТТК № 45
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Печенье сдобное "Кокосовое" (на маргарине)	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>631</b>	<b>30,15</b>	<b>45,90</b>	<b>99,48</b>	<b>901,48</b>	
<b>Обед (7 - 11 лет)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Говядина, тушенная с тыквой (говядина ПП, овощи сырье)	100	15,43	16,18	4,61	225	ТТК № 266-1
Каша вязкая ячневая	170	3,49	4,22	21,69	146,2	С6 2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	0,445	0,01	0	0,04	0,2	ТТК № 41
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,98	0,06	30,73	116,36	ТТК № 816-50
Печенье сдобное "Кокосовое" (на маргарине)	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>795</b>	<b>26,95</b>	<b>46,38</b>	<b>109,49</b>	<b>920,31</b>	
<b>Бесплатное питание (12 лет и старше)</b>						
Вареники с картофелем отварные	160	6,99	7,73	49,29	299,2	ТТК № 229
Масло сливочное	5,5	0,04	3,99	0,07	36,67	ТТК № 43
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3	ТТК № 804
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>391</b>	<b>10,45</b>	<b>12,38</b>	<b>70,79</b>	<b>440,17</b>	
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Говядина, тушенная с тыквой (говядина ПП, овощи сырье)	100	15,43	16,18	4,61	225	ТТК № 266-1
Каша вязкая ячневая	200	4,11	4,96	25,52	172	С6 2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	0,95	0,03	0	0,08	0,42	ТТК № 41
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Печенье сдобное "Кокосовое" (на маргарине)	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>606</b>	<b>30,03</b>	<b>46,00</b>	<b>99,39</b>	<b>901,82</b>	

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



*Handwritten signature of N.D. Mazur*

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

## МЕНЮ

21.11.2023

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Обед (12 лет и старше)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Гуляш (гуляш ПП)	100	14,58	14,82	3,99	207	С6.2004 № 437
Каша вязкая ячневая	180	3,70	4,46	22,97	154,8	С6 2004 № 510
Зелень (укроп, петрушка)	1,07	0,03	0	0,09	0,47	ТТК № 41
Напиток лимонный (вит.70)	200	0,13	0,02	24,66	96,29	ТТК № 828-70
Печенье сдобное "Кокосовое" (на маргарине)	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>806</b>	<b>25,48</b>	<b>45,22</b>	<b>104,13</b>	<b>891,11</b>	
<b>ГПД (7-11 лет)-Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Вареники с картофелем отварные	215	9,40	10,38	66,23	402,05	ТТК № 229
Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,13	66,67	ТТК № 43
Зелень (укроп, петрушка)	1,05	0,03	0	0,09	0,46	ТТК № 41
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,98	0,06	30,73	116,36	ТТК № 816-50
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>731</b>	<b>16,18</b>	<b>21,91</b>	<b>134,60</b>	<b>792,54</b>	
<b>ГПД (7-11 лет)-Полдник</b>						
Каша "Школьная" мол. рисовая (жидкая)	210	4,98	9,62	29,74	224	ТТК № 716
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>465</b>	<b>11,88</b>	<b>12,18</b>	<b>68,54</b>	<b>427,35</b>	
<b>Итого:</b>	<b>1 196</b>	<b>28,06</b>	<b>34,09</b>	<b>203,14</b>	<b>1 220,39</b>	
<b>Льготное питание I смена (7-11 лет)-завтрак</b>						
Говядина, тушенная с тыквой (говядина ПП, овощи сырые)	100	15,43	16,18	4,61	225	ТТК № 266-1
Каша вязкая ячневая	180	3,70	4,46	22,97	154,8	С6 2004 № 510
Огурцы свежие, нарезка	30	0,24	0,02	0,74	4	ТТК № 45
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Печенье сдобное "Кокосовое" (на маргарине)	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из-муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>29,83</b>	<b>45,52</b>	<b>97,50</b>	<b>888,2</b>	

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



*Андрей*  
*Мазур*  
*Шихбабаева*

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

## МЕНЮ

21.11.2023

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Льготное питание I смена ( 7 -11 лет)-Обед</b>						
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Пельмени отварные	220	20,25	12,28	47,06	383,9	С6.2004 № 719
Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,13	66,67	ТТК № 43
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,98	0,06	30,73	116,36	ТТК № 816-50
Мандарин	101,69	0,76	0,18	6,95	37,63	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	947	32,25	34,03	134,87	964,96	
Итого:	1 562	62,08	79,55	232,37	1 853,16	
<b>Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Обед</b>						
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Пельмени отварные	220	20,25	12,28	47,06	383,9	С6.2004 № 719
Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,13	66,67	ТТК № 43
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,98	0,06	30,73	116,36	ТТК № 816-50
Мандарин	101,69	0,76	0,18	6,95	37,63	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	947	32,25	34,03	134,87	964,96	
<b>Льготное питание II смена ( 7 -11 лет)-Полдник</b>						
Говядина, тушенная с тыквой (говядина ПП, овощи сырье)	100	15,43	16,18	4,61	225	ТТК № 266-1
Каша вязкая ячневая	180	3,70	4,46	22,97	154,8	С6 2004 № 510
Огурцы свежие, нарезка	30	0,24	0,02	0,74	4	ТТК № 45
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Печенье сдобное "Кокосовое" (на маргарине)	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	615	29,83	45,52	97,50	888,2	
Итого:	1 562	62,08	79,55	232,37	1 853,16	
<b>Льготное питание I смена ( 12 лет и старше)-завтрак</b>						
Говядина, тушенная с тыквой (говядина ПП, овощи сырье)	100	15,43	16,18	4,61	225	ТТК № 266-1
Каша вязкая ячневая	180	3,70	4,46	22,97	154,8	С6 2004 № 510
Огурцы свежие, нарезка	30	0,24	0,02	0,74	4	ТТК № 45
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Печенье сдобное "Кокосовое" (на маргарине)	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	615	29,83	45,52	97,50	888,2	

Директор ОУ

Тостановский А.В.

## МЕНЮ

21.11.2023

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
<b>Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед</b>						
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,08	28,8	ТТК № 233
Икра морковная	100	1,77	8,10	12,47	124,6	С6.2004 № 78
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Пельмени отварные	220	20,25	12,28	47,06	383,9	С6.2004 № 719
Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,13	66,67	ТТК № 43
Компот из смеси сухофруктов (вит.70)	200	0,98	0,06	30,73	116,38	ТТК № 816-70
Мандарин	101,48	0,76	0,18	6,93	37,55	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	946	32,25	34,03	134,82	964,9	
Итого:	1 561	62,08	79,55	232,32	1 853,1	
<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
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	250	1,76	3,37	10,03	74	С6.2004 №124
Говядина отварная для I блюд	10	2,72	1,94	0,11	28,8	ТТК № 233
Пельмени отварные	220	20,25	12,28	47,06	383,9	С6.2004 № 719
Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,13	66,67	ТТК № 43
Компот из смеси сухофруктов (вит.70)	200	0,98	0,06	30,73	116,38	ТТК № 816-70
Мандарин	101,5	0,76	0,18	6,93	37,56	
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	947	32,25	34,03	134,85	964,91	
<b>Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник</b>						
Говядина, тушенная с тыквой (говядина ПП, овощи сырые)	100	15,43	16,18	4,61	225	ТТК № 266-1
Каша вязкая ячневая	180	3,70	4,46	22,97	154,8	С6 2004 № 510
Огурцы свежие, нарезка	30	0,24	0,02	0,74	4	ТТК № 45
Чай с молоком	200	2,97	1,72	11,41	70,85	С6.1996 № 630
Печенье сдобное "Кокосовое" (на маргарине)	50	3,56	22,30	30,38	300,55	ТУ № 1506
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	30	2,21	0,59	15,38	75	ПП № 931
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ПП № 932
Итого:	615	29,83	45,52	97,50	888,2	
Итого:	1 562	62,08	79,55	232,35	1 853,11	

Директор ОУ  
Заведующий производством  
Медицинский работник



Авт  
Р  
С

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