



РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут  
Акционерное общество  
«Комбинат школьного питания»

## Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение

049 (лицей № 3)

МБОУ

МБОУ лицей № 3

Материально-ответственное лицо

Миннеханова М. С.

Дата

12.01.2026

## МЕНЮ

| Наименование блюд                      | Вес блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|  |           | белки            | жиры  | углеводы |                         |             |
| Обед (7 -11 лет) 1 вариант             |           |                  |       |          |                         |             |
| Обед                                   |           |                  |       |          |                         |             |
| Щи из свежей капусты с картофелем      | 250       | 1,7              | 4,57  | 9,88     | 87,47                   | ТК 1754-1/2 |
| Зелень свежая                          | 2         | 0,06             | 0,01  | 0,17     | 0,99                    | ТТК 1916/26 |
| Фрикадельки                            | 30        | 6,3              | 5,06  | 0,24     | 71,73                   | ТТК 1904/26 |
| Сметана                                | 25        | 0,61             | 3,3   | 0,82     | 35,86                   | ТТК 1830/26 |
| Каша гречневая рассыпчатая             | 180       | 4,62             | 3,75  | 12,06    | 120,34                  | ТТК1672/26  |
| Напиток клюквенный                     | 200       | 0,12             | 0,04  | 10,67    | 42,4                    | ТТК 2091/26 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 35        | 2,34             | 0,35  | 15,44    | 75,6                    | ТТК 1871/26 |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 15        | 1,08             | 0,13  | 7,61     | 36,9                    | ТТК 1874/26 |
| Слойка с малиной                       | 75        | 3,5              | 4,38  | 11       | 110,93                  | ТТК 1889/26 |
| Шницель куриный                        | 100       | 4,89             | 0,76  | 33,96    | 147,1                   | ТТК 1684/26 |
| Итого:                                 | 912       | 25,21            | 22,36 | 101,85   | 729,32                  |             |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          | 268,00                  |             |
| Завтрак (7 - 11 лет) 1 вариант         |           |                  |       |          |                         |             |
| Завтрак                                |           |                  |       |          |                         |             |
| Каша пшеничная рассыпчатая             | 200       | 2,77             | 5,64  | 45,78    | 177                     | ТТК 1674/26 |
| Какао с молоком                        | 200       | 3,06             | 0,61  | 1,6      | 90,16                   | ТТК 1860/26 |
| Батон                                  | 40        | 3,2              | 0,36  | 20       | 96,04                   | ТТК 1873/26 |
| Яблоко                                 | 120       | 1,15             | 0,48  | 13,92    | 58,42                   | ТТК 1923/26 |
| Котлета "Волжская"                     | 100       | 10,23            | 6,46  | 28,09    | 163                     | ТК 1678-1/2 |
| Масло сливочное                        | 20        | 3,72             | 10,46 | 25,91    | 159,28                  | ТТК 1833/26 |
| Итого:                                 | 680       | 24,13            | 24,01 | 135,3    | 743,89                  |             |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          | 178,00                  |             |
| Льготное питание (7 -11 лет) 1 вариант |           |                  |       |          |                         |             |
| Обед                                   |           |                  |       |          |                         |             |
| Щи из свежей капусты с картофелем      | 250       | 1,7              | 4,57  | 9,88     | 87,47                   | ТК 1754-1/2 |
| Зелень свежая                          | 2         | 0,06             | 0,01  | 0,17     | 0,99                    | ТТК 1916/26 |
| Фрикадельки                            | 30        | 6,3              | 5,06  | 0,24     | 71,73                   | ТТК 1904/26 |
| Сметана                                | 25        | 0,61             | 3,3   | 0,82     | 35,86                   | ТТК 1830/26 |
| Шницель куриный                        | 100       | 4,89             | 0,76  | 33,96    | 147,1                   | ТТК 1684/26 |
| Каша гречневая рассыпчатая             | 180       | 4,62             | 3,75  | 12,06    | 120,34                  | ТТК1672/26  |
| Напиток клюквенный                     | 200       | 0,12             | 0,04  | 10,67    | 42,4                    | ТТК 2091/26 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 35        | 2,34             | 0,35  | 15,44    | 75,6                    | ТТК 1871/26 |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 15        | 1,08             | 0,13  | 7,61     | 36,9                    | ТТК 1874/26 |
| Слойка с малиной                       | 75        | 3,5              | 4,38  | 11       | 110,93                  | ТТК 1889/26 |
| Итого:                                 | 912       | 25,21            | 22,36 | 101,85   | 729,32                  | 258,00      |
| Завтрак или полдник                    |           |                  |       |          |                         |             |
| Котлета рыбная из горбуши              | 100       | 14               | 3,5   | 38       | 240,5                   | ТТК 1690/26 |
| Каша пшеничная рассыпчатая             | 200       | 2,77             | 5,64  | 45,78    | 177                     | ТТК 1674/26 |
| Масло сливочное                        | 20        | 3,72             | 10,46 | 25,91    | 159,28                  | ТТК 1833/26 |
| Какао с молоком                        | 200       | 3,06             | 0,61  | 1,6      | 90,16                   | ТТК 1860/26 |
| Батон                                  | 40        | 3,2              | 0,36  | 20       | 96,04                   | ТТК 1873/26 |
| Яблоко                                 | 120       | 1,15             | 0,48  | 13,92    | 58,42                   | ТТК 1923/26 |
| Итого:                                 | 680       | 27,9             | 21,05 | 145,21   | 821,39                  | 172,00      |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          | 430,00                  |             |

Заведующий производством

Миннеханова М. С.



| Льготное питание (12 лет и старше)     |     |       |       |        |        |              |
|--|-----|-------|-------|--------|--------|--------------|
| Обед                                   |     |       |       |        |        |              |
| Щи из свежей капусты с картофелем      | 250 | 1,7   | 4,57  | 9,88   | 87,47  | ТК 1754-1/2  |
| Зелень свежая                          | 2   | 0,06  | 0,01  | 0,17   | 0,99   | ТТК 1916/26  |
| Фрикадельки                            | 30  | 6,3   | 5,06  | 0,24   | 71,73  | ТТК 1904/26  |
| Сметана                                | 25  | 0,61  | 3,3   | 0,82   | 35,86  | ТТК 1830/26  |
| Шницель куриный                        | 100 | 4,89  | 0,76  | 33,96  | 147,1  | ТТК 1684/26  |
| Каша гречневая рассыпчатая             | 180 | 4,62  | 3,75  | 12,06  | 120,34 | ТТК1672/26   |
| Напиток клюквенный                     | 200 | 0,12  | 0,04  | 10,67  | 42,4   | ТТК 2091/26  |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 35  | 2,34  | 0,35  | 15,44  | 75,6   | ТТК 1871/26  |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 15  | 1,08  | 0,13  | 7,61   | 36,9   | ТТК 1874/26  |
| Слойка с малиной                       | 75  | 3,5   | 4,38  | 11     | 110,93 | ТТК 1889/26  |
| Итого:                                 | 912 | 25,21 | 22,36 | 101,85 | 729,32 | 258,00       |
| Завтрак или полдник                    |     |       |       |        |        |              |
| Котлета рыбная из горбуши              | 100 | 14    | 3,5   | 38     | 240,5  | ТТК 1690/26  |
| Каша пшеничная рассыпчатая             | 200 | 2,77  | 5,64  | 45,78  | 177    | ТТК 1674/26  |
| Масло сливочное                        | 20  | 3,72  | 10,46 | 25,91  | 159,28 | ТТК 1833/26  |
| Какао с молоком                        | 200 | 3,06  | 0,61  | 1,6    | 90,16  | ТТК 1860/26  |
| Батон                                  | 40  | 3,2   | 0,36  | 20     | 96,04  | ТТК 1873/26  |
| Яблоко                                 | 120 | 1,15  | 0,48  | 13,92  | 58,42  | ТТК 1923/26  |
| Итого:                                 | 680 | 27,9  | 21,05 | 145,21 | 821,39 | 172,00       |
| Стоимость питания, руб:                |     |       |       |        | 430,00 |              |
| ГПД полдник                            |     |       |       |        |        |              |
| Полдник                                |     |       |       |        |        |              |
| Каша молочная рисовая с ягодами        | 200 | 4,73  | 3,15  | 20,04  | 187,4  | ТТК 1822/26  |
| Масло сливочное                        | 6   | 1,12  | 3,14  | 7,77   | 47,78  | ТТК 1833/26  |
| Батон                                  | 20  | 1,6   | 0,18  | 10     | 48,02  | ТТК 1873/26  |
| Тёплый компот из яблок и смородины     | 200 | 0,26  | 0,14  | 13,4   | 52,96  | ТТК 1746/26  |
| Итого:                                 | 426 | 7,71  | 6,61  | 51,21  | 336,17 |              |
| Стоимость питания, руб:                |     |       |       |        | 70,00  |              |
| Питание 12 лет и старше                |     |       |       |        |        |              |
| Каша молочная рисовая с ягодами        | 200 | 4,73  | 3,15  | 20,04  | 187,4  | ТТК 1822/26  |
| Чай с сахаром                          | 200 | 0,19  | 0,04  | 9,22   | 36     | ТТК 1855/26  |
| Батон                                  | 40  | 3,2   | 0,36  | 20     | 96,04  | ТТК 1873/26  |
| Масло сливочное                        | 10  | 1,86  | 5,23  | 12,95  | 79,64  | ТТК 1833/26  |
| Повидло яблочное                       | 23  | 0,09  |       | 15,18  | 57,85  | ТТК 1831/26  |
| Итого:                                 | 473 | 10,07 | 8,78  | 77,39  | 456,93 |              |
| Стоимость питания, руб:                |     |       |       |        | 81,00  |              |
| Завтрак (12 лет и старше)              |     |       |       |        |        |              |
| Завтрак                                |     |       |       |        |        |              |
| Салат "Солнышко"                       | 100 | 1,88  | 0,71  | 14,05  | 66,13  | ТК 1779-1/2  |
| Каша пшеничная рассыпчатая             | 180 | 2,49  | 5,08  | 41,2   | 159,3  | ТТК 1674/26  |
| Какао с молоком                        | 200 | 3,06  | 0,61  | 1,6    | 90,16  | ТТК 1860/26  |
| Батон                                  | 20  | 1,6   | 0,18  | 10     | 48,02  | ТТК 1873/26  |
| Яблоко                                 | 120 | 1,15  | 0,48  | 13,92  | 58,42  | ТТК 1923/26  |
| Котлета "Волжская"                     | 100 | 10,23 | 6,46  | 28,09  | 163    | ТК 1678-1/2  |
| Масло сливочное                        | 20  | 3,72  | 10,46 | 25,91  | 159,28 | ТТК 1833/26  |
| Итого:                                 | 740 | 24,13 | 23,98 | 134,77 | 744,3  |              |
| Стоимость питания, руб:                |     |       |       |        | 198,00 |              |
| Обед (12 лет и старше) 1 вариант       |     |       |       |        |        |              |
| Обед                                   |     |       |       |        |        |              |
| Щи из свежей капусты с картофелем      | 250 | 7,89  | 11,35 | 56,83  | 243    | К 1754-1/26/ |
| Фрикадельки                            | 20  | 4,2   | 3,38  | 0,16   | 47,82  | ТТК 1904/26  |
| Сметана                                | 20  | 0,49  | 2,64  | 0,66   | 28,69  | ТТК 1830/26  |
| Каша гречневая рассыпчатая             | 180 | 4,62  | 3,75  | 12,06  | 120,34 | ТТК1672/26   |
| Напиток клюквенный                     | 200 | 0,12  | 0,04  | 10,67  | 42,4   | ТТК 2091/26  |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 35  | 2,34  | 0,35  | 15,44  | 75,6   | ТТК 1871/26  |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 10  | 0,72  | 0,08  | 5,07   | 24,6   | ТТК 1874/26  |
| Шницель куриный                        | 100 | 4,89  | 0,76  | 33,96  | 147,1  | ТТК 1684/26  |
| Итого:                                 | 815 | 25,26 | 22,36 | 134,85 | 729,54 |              |
| Стоимость питания, руб:                |     |       |       |        | 198,00 |              |

Заведующий производством

Миннеханова М. С.



| ГПД 7-11 лет обед, полдник             |     |      |       |       |        |              |
|--|-----|------|-------|-------|--------|--------------|
| Обед                                   |     |      |       |       |        |              |
| Щи из свежей капусты с картофелем      | 250 | 1,7  | 4,57  | 9,88  | 87,47  | ТК 1754-1/26 |
| Зелень свежая                          | 1   | 0,03 |       | 0,09  | 0,49   | ТТК 1916/26  |
| Каша гречневая рассыпчатая             | 200 | 5,13 | 4,17  | 13,4  | 133,71 | ТТК1672/26   |
| Напиток клюквенный                     | 200 | 0,12 | 0,04  | 10,67 | 42,4   | ТТК 2091/26  |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 35  | 2,34 | 0,35  | 15,44 | 75,6   | ТТК 1871/26  |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 25  | 1,8  | 0,21  | 12,68 | 61,5   | ТТК 1874/26  |
| Шницель куриный                        | 100 | 4,89 | 0,76  | 33,96 | 147,1  | ТТК 1684/26  |
| Итого:                                 | 811 | 16   | 10,11 | 96,12 | 548,28 |              |
| Полдник                                |     |      |       |       |        |              |
| Каша молочная рисовая с ягодами        | 200 | 4,73 | 3,15  | 20,04 | 187,4  | ТТК 1822/26  |
| Масло сливочное                        | 6   | 1,12 | 3,14  | 7,77  | 47,78  | ТТК 1833/26  |
| Тёплый компот из яблок и смородины     | 200 | 0,26 | 0,14  | 13,4  | 52,96  | ТТК 1746/26  |
| Батон                                  | 20  | 1,6  | 0,18  | 10    | 48,02  | ТТК 1873/26  |
| Итого:                                 | 426 | 7,71 | 6,61  | 51,21 | 336,17 |              |
| Стоимость питания, руб:                |     |      |       |       | 248,00 |              |

Заведующий производством

Миннеханова М. С.

























