



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

16.01.2026

МЕНЮ

| Наименование блюд                      | Вес блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                                        |           | белки            | жиры  | углеводы |                         |             |
| Обед (7 -11 лет) 1 вариант             |           |                  |       |          |                         |             |
| Обед                                   |           |                  |       |          |                         |             |
| Рассольник "Ленинградский"             | 250       | 2,07             | 4,95  | 5,86     | 116,26                  | ТК 1907-1/2 |
| Фрикадельки                            | 15        | 3,15             | 2,53  | 0,12     | 35,86                   | ТТК 1904/26 |
| Сметана                                | 15        | 0,37             | 1,98  | 0,49     | 21,51                   | ТТК 1830/26 |
| Картофель отварной                     | 180       | 3,6              | 2,03  | 35,46    | 174,55                  | ТК 1660-2/2 |
| Рыба, запеченная с томатом             | 100       | 7,04             | 4,06  | 2,51     | 121                     | ТТК 1805/26 |
| Напиток "Облепиховый"                  | 200       | 0,27             | 0,08  | 13,61    | 53,8                    | ТТК 1743/26 |
| 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 |
| Апельсин                               | 160       | 1,44             | 0,32  | 13,44    | 62,4                    | ТТК 1829/26 |
| Маффин творожный                       | 60        | 2,88             | 11,16 | 26,16    | 216,6                   | ТТК 1887/26 |
| Итого:                                 | 1 025     | 23,88            | 27,55 | 118,17   | 902,18                  |             |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          | 268,00                  |             |
| Завтрак (7 - 11 лет) 1 вариант         |           |                  |       |          |                         |             |
| Завтрак                                |           |                  |       |          |                         |             |
| Салат "Ветерок"                        | 100       | 0,83             | 8,87  | 3,58     | 95,3                    | ТТК 1789/26 |
| Паста "Школьная" с томатом             | 205       | 11,17            | 5,33  | 37,38    | 178,45                  | ТК 1814-1/2 |
| Напиток "Дюшес"                        | 200       | 0,03             | 0,06  | 10,04    | 40,08                   | ТТК 2093/26 |
| Слойка с малиной                       | 75        | 3,5              | 4,38  | 11       | 110,93                  | ТТК 1889/26 |
| Батон                                  | 40        | 3,2              | 0,36  | 20       | 96,04                   | ТТК 1873/26 |
| Итого:                                 | 620       | 18,72            | 19    | 82       | 520,8                   |             |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          | 178,00                  |             |
| Льготное питание (7 -11 лет) 1 вариант |           |                  |       |          |                         |             |
| Обед                                   |           |                  |       |          |                         |             |
| Рассольник "Ленинградский"             | 250       | 2,07             | 4,95  | 5,86     | 116,26                  | ТК 1907-1/2 |
| Фрикадельки                            | 12        | 2,52             | 2,03  | 0,1      | 28,69                   | ТТК 1904/26 |
| Сметана                                | 15        | 0,37             | 1,98  | 0,49     | 21,51                   | ТТК 1830/26 |
| Рыба, запеченная с томатом             | 100       | 7,04             | 4,06  | 2,51     | 121                     | ТТК 1805/26 |
| Рис припущенный                        | 180       | 6,72             | 2,09  | 32,3     | 94                      | ТТК 1676/26 |
| Напиток "Облепиховый"                  | 200       | 0,27             | 0,08  | 13,61    | 53,8                    | ТТК 1743/26 |
| 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 |
| Апельсин                               | 160       | 1,44             | 0,32  | 13,44    | 62,4                    | ТТК 1829/26 |
| Маффин творожный                       | 60        | 2,88             | 11,16 | 26,16    | 216,6                   | ТТК 1887/26 |
| Итого:                                 | 1 022     | 26,37            | 27,1  | 114,98   | 814,46                  | 268,00      |
| Завтрак или полдник                    |           |                  |       |          |                         |             |
| Салат "Ветерок"                        | 100       | 0,83             | 8,87  | 3,58     | 95,3                    | ТТК 1789/26 |
| Паста "Школьная" с томатом             | 230       | 12,53            | 5,98  | 41,94    | 200,21                  | ТК 1814-1/2 |
| Напиток "Дюшес"                        | 200       | 0,03             | 0,06  | 10,04    | 40,08                   | ТТК 2093/26 |
| Йогурт фруктовый                       | 165       | 5,28             | 3,96  | 7,43     | 85,8                    | ТТК 2124/26 |
| Сыр порционно                          | 13        | 2,05             | 2,98  | 14,45    | 104,97                  | ТТК 1694/26 |
| Батон                                  | 40        | 3,2              | 0,36  | 20       | 96,04                   | ТТК 1873/26 |
| Итого:                                 | 748       | 23,91            | 22,21 | 97,43    | 622,4                   | 178,00      |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          | 446,00                  |             |

Заведующий производством

Миннеханова М. С.

## Обед

|                                        |       |       |       |        |        |             |
|----------------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------------|
| Рассольник "Ленинградский"             | 250   | 2,07  | 4,95  | 5,86   | 116,26 | TK 1907-1/2 |
| Макадильки                             | 15    | 3,15  | 2,53  | 0,12   | 35,86  | ТТК 1904/26 |
| Сметана                                | 15    | 0,37  | 1,98  | 0,49   | 21,51  | ТТК 1830/26 |
| Рыба, запеченная с томатом             | 100   | 7,04  | 4,06  | 2,51   | 121    | ТТК 1805/26 |
| Картофель отварной                     | 180   | 3,6   | 2,03  | 35,46  | 174,55 | TK 1660-2/2 |
| Напиток "Облепиховый"                  | 200   | 0,27  | 0,08  | 13,61  | 53,8   | ТТК 1743/26 |
| 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 |
| Апельсин                               | 160   | 1,44  | 0,32  | 13,44  | 62,4   | ТТК 1829/26 |
| Маффин творожный                       | 60    | 2,88  | 11,16 | 26,16  | 216,6  | ТТК 1887/26 |
| Итого:                                 | 1 025 | 23,88 | 27,55 | 118,17 | 902,18 | 268,00      |

## Завтрак или полдник

|                            |     |       |      |       |        |             |
|----------------------------|-----|-------|------|-------|--------|-------------|
| Салат "Ветерок"            | 100 | 0,83  | 8,87 | 3,58  | 95,3   | ТТК 1789/26 |
| Паста "Школьная" с томатом | 205 | 11,17 | 5,33 | 37,38 | 178,45 | TK 1814-1/2 |
| Напиток "Дюшес"            | 200 | 0,03  | 0,06 | 10,04 | 40,08  | ТТК 2093/26 |
| Слойка с малиной           | 75  | 3,5   | 4,38 | 11    | 110,93 | ТТК 1889/26 |
| Батон                      | 40  | 3,2   | 0,36 | 20    | 96,04  | ТТК 1873/26 |
| Итого:                     | 620 | 18,72 | 19   | 82    | 520,8  | 178,00      |
| Стоимость питания, руб:    |     |       |      |       |        | 446,00      |

## ГПД полдник

## Полдник

|                         |     |       |      |       |        |             |
|-------------------------|-----|-------|------|-------|--------|-------------|
| Запеканка овощная       | 163 | 8,64  | 1,44 | 31,07 | 171,78 | TK 1655-2/2 |
| Сметана                 | 20  | 0,49  | 2,64 | 0,66  | 28,69  | ТТК 1830/26 |
| Чай с лимоном           | 200 | 0,23  | 0,05 | 9,45  | 37,76  | ТТК 1858/26 |
| Батон                   | 20  | 1,6   | 0,18 | 10    | 48,02  | ТТК 1873/26 |
| Итого:                  | 403 | 10,96 | 4,31 | 51,17 | 286,25 |             |
| Стоимость питания, руб: |     |       |      |       |        | 70,00       |

## Питание 12 лет и старше

|                          |     |       |      |       |        |             |
|--------------------------|-----|-------|------|-------|--------|-------------|
| Вареники с картофелем    | 170 | 10,85 | 3,02 | 25,5  | 169,65 | ТТК 1649/26 |
| Сметана                  | 15  | 0,37  | 1,98 | 0,49  | 21,51  | ТТК 1830/26 |
| Чай зеленый с апельсином | 200 | 0,04  | 0,01 | 9,55  | 36,56  | ТТК 1864/26 |
| Батон                    | 20  | 1,6   | 0,18 | 10    | 48,02  | ТТК 1873/26 |
| Итого:                   | 405 | 12,85 | 5,19 | 45,54 | 275,75 |             |
| Стоимость питания, руб:  |     |       |      |       |        | 81,00       |

## Завтрак (12 лет и старше)

## Завтрак

|                            |     |       |       |       |        |             |
|----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------------|
| Огурцы консервированные    | 100 | 0,28  |       | 18,21 | 20     | TK 1931-2/2 |
| Паста "Школьная" с томатом | 210 | 12,59 | 9,92  | 20,29 | 301,17 | K 1814-1/26 |
| Напиток "Дюшес"            | 200 | 0,03  | 0,06  | 10,04 | 40,08  | ТТК 2093/26 |
| Слойка с малиной           | 75  | 3,5   | 4,38  | 11    | 110,93 | ТТК 1889/26 |
| Батон                      | 20  | 1,6   | 0,18  | 10    | 48,02  | ТТК 1873/26 |
| Итого:                     | 605 | 17,99 | 14,54 | 69,55 | 520,2  |             |
| Стоимость питания, руб:    |     |       |       |       |        | 198,00      |

## Обед (12 лет и старше) 1 вариант

## Обед

|                                        |     |       |       |        |        |             |
|----------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|-------------|
| Рассольник "Ленинградский"             | 250 | 7,39  | 9,58  | 22,95  | 249    | K 1907-1/26 |
| Рыба, запеченная с сыром и сметаной    | 100 | 4,4   | 4,96  | 22,77  | 180    | ТТК 1809/26 |
| Картофель отварной                     | 180 | 3,6   | 2,03  | 35,46  | 174,55 | TK 1660-2/2 |
| Напиток "Облепиховый"                  | 200 | 0,27  | 0,08  | 13,61  | 53,8   | ТТК 1743/26 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 35  | 2,34  | 0,35  | 15,44  | 75,6   | ТТК 1871/26 |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 5   | 0,36  | 0,04  | 2,54   | 12,3   | ТТК 1874/26 |
| Маффин творожный                       | 60  | 2,88  | 11,16 | 26,16  | 216,6  | ТТК 1887/26 |
| Итого:                                 | 830 | 21,24 | 28,21 | 138,93 | 961,85 |             |
| Стоимость питания, руб:                |     |       |       |        |        | 198,00      |

## ГПД 7-11 лет обед, полдник

## Обед

|                                        |     |       |       |       |        |             |
|----------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------------|
| Рассольник "Ленинградский"             | 250 | 2,07  | 4,95  | 5,86  | 116,26 | TK 1907-1/2 |
| Зелень свежая                          | 1   | 0,03  |       | 0,09  | 0,49   | ТТК 1916/26 |
| Рыба, запеченная с томатом             | 100 | 7,04  | 4,06  | 2,51  | 121    | ТТК 1805/26 |
| Картофель отварной                     | 200 | 4     | 2,26  | 39,4  | 193,94 | TK 1660-2/2 |
| Напиток "Облепиховый"                  | 200 | 0,27  | 0,08  | 13,61 | 53,8   | ТТК 1743/26 |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 35  | 2,34  | 0,35  | 15,44 | 75,6   | ТТК 1871/26 |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 20  | 1,44  | 0,17  | 10,14 | 49,2   | ТТК 1874/26 |
| Итого:                                 | 806 | 17,19 | 11,87 | 87,05 | 610,29 |             |

Миннеханова М. С.

Заведующий производством

| Полдник                 |     |       |      |       |        |             |
|-------------------------|-----|-------|------|-------|--------|-------------|
| Запеканка овощная       | 200 | 10,6  | 1,77 | 38,12 | 210,77 | ТК 1655-2/2 |
| Сметана                 | 35  | 0,86  | 4,62 | 1,15  | 50,2   | ТТК 1830/26 |
| Чай с лимоном           | 200 | 0,23  | 0,05 | 9,45  | 37,76  | ТТК 1858/26 |
| Батон                   | 20  | 1,6   | 0,18 | 10    | 48,02  | ТТК 1873/26 |
| Итого:                  | 455 | 13,29 | 6,62 | 58,71 | 346,75 |             |
| Стоимость питания, руб: |     |       |      |       |        | 248,00      |

Заведующий производством

Миннеханова М. С.



Завтрак для учащихся, питающихся  
на сумму дотационных выплат 6-11 класс



Завтрак для учащихся льготной категории  
6-11 класс



Обед для учащихся льготной  
категории 6-11 класс



Завтрак для учащихся, питающихся  
за родительскую плату 6-11 класс