



000289

Сургутское городское муниципальное унитарное предприятие «Комбинат школьного питания»

Муниципальное унитарное предприятие
«КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

Структурное подразделение

Столовая МБОУ
СОШ № 3

МБОУ

МБОУ СОШ №3

Материально-ответственное лицо

Рубан А.А.

Дата

22.04.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Завтрак (7 - 11 лет)					
Тефтели "Детские" с соусом томатным	100	8,18	11,35	5,27	156
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	25	0,27	0,05	0,93	6
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Апельсин	191,13	1,72	0,38	15,48	85,05
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	746	22,03	18,05	99,45	659,15
*Обед (7 - 11 лет)					
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28
Тефтели "Детские" с соусом томатным	100	8,18	11,35	5,27	156
Говядина отварная для I блюда	30	8,17	5,83	0,29	85,8
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	20	0,22	0,04	0,74	4,8
Зелень (укроп, петрушка)	1,73	0,05	0,01	0,15	0,76
Компот из кураги (витаминизированный 50)	200	1,04	0,06	33,76	127,66
Апельсин	190	1,71	0,38	15,39	84,55
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	1 022	35,09	27,20	144,63	958,65
*Бесплатное питание (с 12 лет)					
Сыр (порциями)	15	3,67	3,44	0	46,43
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	230	7,30	4,36	31,61	195,5
Масло сливочное	9,31	0,07	6,76	0,12	62,07
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Итого:	479	14,46	15,22	53,16	408,3
*Завтрак (12 лет и старше)					
Сыр (порциями)	15	3,67	3,44	0	46,43
Тефтели "Детские" с соусом томатным	100	8,18	11,35	5,27	156
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	55	0,59	0,11	2,05	13,2
Зелень (укроп, петрушка)	2,27	0,07	0,01	0,19	1
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	602	24,37	21,18	85,28	628,73

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

22.04.2024

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Обед (12 лет и старше)					
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28
Тефтели "Детские" с соусом томатным	100	8,18	11,35	5,27	156
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Помидоры (томаты) свежие, нарезка	25	0,27	0,05	0,93	6
Зелень (укроп, петрушка)	0,28	0,01	0	0,02	0,12
Компот из кураги (витаминизированный 70)	200	1,05	0,07	33,77	127,68
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	805	25,23	21,00	129,02	788,88
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак					
Тефтели "Детские" с соусом томатным	100	8,18	11,35	5,27	156
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Апельсин	190	1,71	0,38	15,39	84,55
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	720	21,75	18,00	98,43	652,65
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед					
Салат из свежих помидоров с зелёным луком	100	1,00	9,96	3,33	111
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28
Говядина отварная для I блюда	10	2,72	1,94	0,17	28,6
Плов (2 вариант)	225	24,62	21,94	38,45	449,25
Зелень (укроп, петрушка)	1,11	0,03	0	0,09	0,49
Компот из кураги (витаминизированный 50)	200	1,04	0,06	33,76	127,66
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	836	38,36	38,07	119,52	962,28
Итого:	1 556	60,11	56,07	217,95	1 614,93

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед					
Салат из свежих помидоров с зелёным луком	100	1,00	9,96	3,33	111
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28
Говядина отварная для I блюда	10	2,72	1,94	0,17	28,6
Плов (2 вариант)	225	24,62	21,94	38,45	449,25
Зелень (укроп, петрушка)	1,11	0,03	0	0,09	0,49
Компот из кураги (витаминизированный 50)	200	1,04	0,06	33,76	127,66
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	836	38,36	38,07	119,52	962,28
*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник					
Тефтели "Детские" с соусом томатным	100	8,18	11,35	5,27	156
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Апельсин	190	1,71	0,38	15,39	84,55
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	720	21,75	18,00	98,43	652,65
Итого:	1556	60,11	56,07	217,95	1614,93
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак					
Тефтели "Детские" с соусом томатным	100	8,18	11,35	5,27	156
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Апельсин	190	1,71	0,38	15,39	84,55
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	720	21,75	18,00	98,43	652,65

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



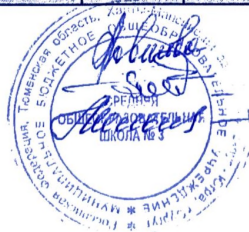
Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

22.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед					
Салат из свежих помидоров с зелёным луком	100	1,00	9,96	3,33	111
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28
Говядина отварная для I блюда	10	2,72	1,94	0,17	28,6
Плов (2 вариант)	225	24,62	21,94	38,45	449,25
Зелень (укроп, петрушка)	0,98	0,03	0	0,08	0,43
Компот из кураги (витаминизированный 70)	200	1,05	0,07	33,77	127,68
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	836	38,37	38,08	119,52	962,24
Итого:	1 556	60,12	56,08	217,95	1 614,89
*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед					
Салат из свежих помидоров с зелёным луком	100	1,00	9,96	3,33	111
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,56	3,67	20,68	133,28
Говядина отварная для I блюда	10	2,72	1,94	0,17	28,6
Плов (2 вариант)	225	24,62	21,94	38,45	449,25
Зелень (укроп, петрушка)	0,98	0,03	0	0,08	0,43
Компот из кураги (витаминизированный 70)	200	1,05	0,07	33,77	127,68
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	836	38,37	38,08	119,52	962,24
*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник					
Тефтели "Детские" с соусом томатным	100	8,18	11,35	5,27	156
Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,36	45,31	253,8
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Апельсин	190	1,71	0,38	15,39	84,55
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	720	21,75	18,00	98,43	652,65
Итого:	1 556	60,12	56,08	217,95	1 614,89

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

МЕНЮ

22.04.2024

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	углеводы	
Дополнительное питание II смена (7 -11 лет)					
Плов (2 вариант)	150	16,41	14,63	25,63	299,5
Зелень (укроп, петрушка)	2,19	0,06	0,01	0,19	0,96
Огурцы свежие, нарезка	20	0,16	0,01	0,49	2,67
Чай с сахаром	200	1,70	0,41	9,42	46,3
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54
Итого:	422	21,72	15,56	58,77	461,43

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.