

**Акционерное общество «Комбинат школьного питания»**



**ШКОЛА**  
«Перспектива»  
корпус 2)

МБОУ «Перспектива»  
корпус 2

МБОУ

Дата 05.05.2025

Паламарчук В. Г.

**МЕНЮ**

| Наименование блюд                             | Вес блюда  | пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность | № рецептуры   |
|-----------------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|
|                                               |            | белки            | жиры         | углеводы     |                         |               |
| Помидор свежий дольками                       | 68         | 0,73             | 0,14         | 3,47         | 17,28                   | ТТК 676/1     |
| Колбаса отварная                              | 100        | 4,86             | 8,1          |              | 109,78                  | ТТК 516       |
| Макаронные изделия отварные цветные           | 180        | 3,37             | 2,71         | 33,42        | 160,78                  | ТТК 578       |
| Чай с сахаром                                 | 200        | 0,19             | 0,04         | 7,22         | 29,01                   | ТТК 618       |
| Сыр порционно                                 | 20         | 2,89             | 4,32         |              | 41,91                   | ТТК 1034      |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01        | 58                      | ТТК 608       |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки        | 25         | 1,67             | 0,25         | 11,03        | 54                      | ТТК 609       |
| <b>Итого:</b>                                 | <b>618</b> | <b>15,43</b>     | <b>15,81</b> | <b>67,15</b> | <b>470,76</b>           |               |
| <b>Стоимость питания, руб:</b>                |            |                  |              |              |                         | <b>172,00</b> |
| <b>Завтрак (12 лет и старше)</b>              |            |                  |              |              |                         |               |
| Колбаса отварная                              | 100        | 4,86             | 8,1          |              | 109,78                  | ТТК 516       |
| Макаронные изделия отварные цветные           | 200        | 3,74             | 3,01         | 37,13        | 178,64                  | ТТК 578       |
| Помидор свежий дольками                       | 53         | 0,57             | 0,11         | 2,71         | 13,47                   | ТТК 676/1     |
| Чай с сахаром                                 | 200        | 0,19             | 0,04         | 7,22         | 29,01                   | ТТК 618       |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01        | 58                      | ТТК 608       |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки        | 25         | 1,67             | 0,25         | 11,03        | 54                      | ТТК 609       |
| <b>Итого:</b>                                 | <b>603</b> | <b>12,75</b>     | <b>11,76</b> | <b>70,1</b>  | <b>442,9</b>            |               |
| <b>Стоимость питания, руб:</b>                |            |                  |              |              |                         | <b>146,00</b> |
| <b>Обед (12 лет и старше)</b>                 |            |                  |              |              |                         |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом) | 250        | 3,7              | 8,27         | 25,88        | 141,36                  | ТТК 642       |
| Плов из индейки                               | 250        | 9,71             | 7,87         | 15,87        | 225,39                  | ТТК 527       |
| Огурцы консервированные                       | 43         |                  | 0,17         | 2,39         | 4,82                    | ТТК 1232      |
| Чай с сахаром                                 | 200        | 0,19             | 0,04         | 7,22         | 29,01                   | ТТК 618       |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки        | 25         | 1,67             | 0,25         | 11,03        | 54                      | ТТК 609       |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01        | 58                      | ТТК 608       |
| <b>Итого:</b>                                 | <b>793</b> | <b>16,99</b>     | <b>16,85</b> | <b>74,41</b> | <b>512,58</b>           |               |
| <b>Стоимость питания, руб:</b>                |            |                  |              |              |                         | <b>146,00</b> |
| <b>Питание 12 лет и старше</b>                |            |                  |              |              |                         |               |
| Макаронные изделия отварные цветные           | 185        | 3,46             | 2,79         | 34,35        | 165,25                  | ТТК 578       |
| Помидор свежий дольками                       | 53         | 0,57             | 0,11         | 2,71         | 13,47                   | ТТК 676/1     |
| Чай с сахаром                                 | 200        | 0,19             | 0,04         | 7,22         | 29,01                   | ТТК 618       |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01        | 58                      | ТТК 608       |
| <b>Итого:</b>                                 | <b>463</b> | <b>5,94</b>      | <b>3,18</b>  | <b>56,29</b> | <b>265,73</b>           |               |
| <b>Стоимость питания, руб:</b>                |            |                  |              |              |                         | <b>55,00</b>  |
| <b>Льготное питание ( 7 -11 лет)</b>          |            |                  |              |              |                         |               |
| Помидор свежий дольками                       | 90         | 0,97             | 0,18         | 4,6          | 22,87                   | ТТК 676/1     |
| Колбаса отварная                              | 100        | 4,86             | 8,1          |              | 109,78                  | ТТК 516       |
| Макаронные изделия отварные цветные           | 180        | 3,37             | 2,71         | 33,42        | 160,78                  | ТТК 578       |
| Чай с сахаром                                 | 200        | 0,19             | 0,04         | 7,22         | 29,01                   | ТТК 618       |
| Сыр порционно                                 | 30         | 4,34             | 6,48         |              | 62,87                   | ТТК 1034      |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки        | 25         | 1,67             | 0,25         | 11,03        | 54                      | ТТК 609       |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25         | 1,72             | 0,25         | 12,01        | 58                      | ТТК 608       |
| <b>Итого:</b>                                 | <b>650</b> | <b>17,11</b>     | <b>18,01</b> | <b>68,28</b> | <b>497,31</b>           |               |

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

Занольская Е. Л.  
Паламарчук В. Г.  
Яндурина А. Р.

|                                               |       |       |       |        |        |             |
|-----------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------------|
| Ци из свежей капусты с картофелем (с томатом) | 250   | 3,7   | 8,27  | 25,88  | 141,36 | ТТК 642     |
| Зелень                                        | 2     | 0,06  | 0,01  | 0,17   | 0,88   | ТТК 671     |
| Говядина отварная для I блюд                  | 15    | 4,07  | 2,92  |        | 42,52  | ТТК 631/1   |
| Сметана                                       | 25    | 0,61  | 3,3   | 0,82   | 35,86  | ТТК 664     |
| Плов из индейки                               | 230   | 8,93  | 7,24  | 14,6   | 207,36 | ТТК 627     |
| Компот из смеси сухофруктов (вит.50)          | 200   | 0,49  | 0,03  | 21,64  | 85,56  | ТТК 624-50  |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной        | 20    | 1,57  | 0,59  | 9,8    | 52     | ТТК 604     |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25    | 1,72  | 0,25  | 12,01  | 58     | ТТК 608     |
| Груша                                         | 140   | 0,56  | 0,42  | 14,27  | 70,97  | ТТК 665     |
| Итого:                                        | 907   | 21,71 | 23,02 | 99,2   | 694,5  |             |
| Стоимость питания, руб:                       |       |       |       |        | 430,00 |             |
| <b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>    |       |       |       |        |        |             |
| Котлета "Морское диво"                        | 100   | 2,52  | 4     | 10,9   | 98,03  | ТТК 1373 ФК |
| Греча отварная с маслом                       | 180   | 4,21  | 9,61  | 39,25  | 285,23 | ТТК 1417    |
| Помидор свежий дольками                       | 35    | 0,38  | 0,07  | 1,79   | 8,9    | ТТК 676/1   |
| Напиток "Каркаде"                             | 180   | 0,02  | 0,01  | 4,11   | 9,27   | ТТК 628     |
| Сыр порционно                                 | 20    | 2,89  | 4,32  |        | 41,91  | ТТК 1034    |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки        | 25    | 1,67  | 0,25  | 11,03  | 54     | ТТК 609     |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25    | 1,72  | 0,25  | 12,01  | 58     | ТТК 608     |
| Итого:                                        | 565   | 13,41 | 18,51 | 79,09  | 555,34 |             |
| Стоимость питания, руб:                       |       |       |       |        | 430,00 |             |
| <b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>    |       |       |       |        |        |             |
| Борщ со свежей капустой и картофелем          | 250   | 5,5   | 5,93  | 16,03  | 131,8  | ТТК 637     |
| Говядина отварная для I блюд                  | 15    | 4,07  | 2,92  |        | 42,52  | ТТК 631/1   |
| Сметана                                       | 25    | 0,61  | 3,3   | 0,82   | 35,86  | ТТК 664     |
| Биточек "Домашний"                            | 100   | 13,17 | 8,5   | 26,5   | 268,3  | ТТК 552     |
| Пюре картофельное                             | 200   | 1,67  | 4,54  | 24     | 86,89  | ТТК 589     |
| Огурец свежий                                 | 30    | 0,24  | 0,03  | 1,03   | 4,68   | ТТК 675/1   |
| Компот из свежих яблок (вит.70)               | 200   | 0,08  | 0,07  | 11,19  | 43,24  | ТТК 623-70  |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной        | 20    | 1,57  | 0,59  | 9,8    | 52     | ТТК 604     |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25    | 1,72  | 0,25  | 12,01  | 58     | ТТК 608     |
| Груша                                         | 140   | 0,56  | 0,42  | 14,27  | 70,97  | ТТК 665     |
| Итого:                                        | 1 005 | 29,18 | 26,55 | 115,65 | 794,25 |             |
| Стоимость питания, руб:                       |       |       |       |        | 430,00 |             |
| <b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>    |       |       |       |        |        |             |
| Борщ со свежей капустой и картофелем          | 250   | 5,5   | 5,93  | 16,03  | 131,8  | ТТК 637     |
| Говядина отварная для I блюд                  | 15    | 4,07  | 2,92  |        | 42,52  | ТТК 631/1   |
| Сметана                                       | 25    | 0,61  | 3,3   | 0,82   | 35,86  | ТТК 664     |
| Биточек "Домашний"                            | 100   | 13,17 | 8,5   | 26,5   | 268,3  | ТТК 552     |
| Пюре картофельное                             | 200   | 1,67  | 4,54  | 24     | 86,89  | ТТК 589     |
| Огурец свежий                                 | 30    | 0,24  | 0,03  | 1,03   | 4,68   | ТТК 675/1   |
| Компот из свежих яблок (вит.70)               | 200   | 0,08  | 0,07  | 11,19  | 43,24  | ТТК 623-70  |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной        | 20    | 1,57  | 0,59  | 9,8    | 52     | ТТК 604     |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25    | 1,72  | 0,25  | 12,01  | 58     | ТТК 608     |
| Груша                                         | 140   | 0,56  | 0,42  | 14,27  | 70,97  | ТТК 665     |
| Итого:                                        | 1 005 | 29,18 | 26,55 | 115,65 | 794,25 |             |
| Стоимость питания, руб:                       |       |       |       |        | 430,00 |             |
| <b>Льготное питание ( 12 лет и старше)</b>    |       |       |       |        |        |             |
| Котлета "Морское диво"                        | 100   | 2,52  | 4     | 10,9   | 98,03  | ТТК 1373 ФК |
| Греча отварная с маслом                       | 180   | 4,21  | 9,61  | 39,25  | 285,23 | ТТК 1417    |
| Помидор свежий дольками                       | 35    | 0,38  | 0,07  | 1,79   | 8,9    | ТТК 676/1   |
| Напиток "Каркаде"                             | 180   | 0,02  | 0,01  | 4,11   | 9,27   | ТТК 628     |
| Сыр порционно                                 | 20    | 2,89  | 4,32  |        | 41,91  | ТТК 1034    |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки        | 25    | 1,67  | 0,25  | 11,03  | 54     | ТТК 609     |
| Хлеб пшеничный из муки в/с                    | 25    | 1,72  | 0,25  | 12,01  | 58     | ТТК 608     |
| Итого:                                        | 565   | 13,41 | 18,51 | 79,09  | 555,34 |             |
| Стоимость питания, руб:                       |       |       |       |        | 430,00 |             |

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

*С.И.*

*С.И.*

Запольская Е. Л.  
Паламарчук В. Г.  
Яндурина А. Р.

Льготное питание ( 12 лет и старше) СД

|                                        |     |       |       |       |        |             |
|----------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-------------|
| Помидор свежий дольками                | 80  | 0,86  | 0,16  | 4,09  | 20,33  | ТТК 676/1   |
| Котлета "Морское диво"                 | 100 | 2,52  | 4     | 10,9  | 98,03  | ТТК 1373 ФК |
| Каша гречневая рассыпчатая             | 190 | 1,07  | 2,65  | 8,39  | 101,37 | ТТК 571     |
| Сыр порционно                          | 30  | 4,34  | 6,48  |       | 62,87  | ТТК 1034    |
| Напиток "Каркаде" (б/сахара)           | 200 | 0,04  |       | 0,22  | 1,06   | ТТК 955     |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 25  | 1,67  | 0,25  | 11,03 | 54     | ТТК 609     |
| Итого:                                 | 625 | 10,49 | 13,54 | 34,63 | 337,65 |             |
| Огурец свежий                          | 80  | 0,63  | 0,07  | 2,74  | 12,49  | ТТК 675/1   |
| Борщ со свежей капустой и картофелем   | 250 | 5,5   | 5,93  | 16,03 | 131,8  | ТТК 637     |
| Зелень                                 | 1   | 0,03  |       | 0,09  | 0,44   | ТТК 671     |
| Сметана                                | 25  | 0,61  | 3,3   | 0,82  | 35,86  | ТТК 664     |
| Говядина отварная для I блюд           | 15  | 4,07  | 2,92  |       | 42,52  | ТТК 631/1   |
| Биточек "Домашний"                     | 100 | 13,17 | 8,5   | 26,5  | 268,3  | ТТК 552     |
| Пюре картофельное                      | 200 | 1,67  | 4,54  | 24    | 86,89  | ТТК 589     |
| Компот из свежих яблок (б/сахара)      | 200 | 0,08  | 0,07  | 2,11  | 9,38   | ТТК 980     |
| Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной | 40  | 3,14  | 1,18  | 19,6  | 104    | ТТК 604     |
| Итого:                                 | 911 | 28,69 | 26,52 | 91,9  | 691,67 |             |
| Стоимость питания, руб:                |     |       |       |       |        | 430,00      |

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

*Handwritten signature*

*Handwritten signature*

Заловская Е. Л.  
Паламарчук В. Г.  
Яндурин А. Р.