



## Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

043 школа  
«Перспектива»  
корпус 2)

МБОУ

МБОУ «Перспектива»  
корпус 2

Структурное подразделение

Материально-ответственное лицо

Паламарчук В. Г.

Дата

06.05.2025

## МЕНЮ

| Наименование блюд                      | Вес блюда | пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|----------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|
|                                        |           | белки            | жиры  | углеводы |                            |                |
| Завтрак (7 - 11 лет)                   |           |                  |       |          |                            |                |
| Огурец свежий                          | 68        | 0,53             | 0,06  | 2,33     | 10,62                      | ТТК 675/1      |
| Наггетсы из птицы                      | 100       | 8,84             | 8,32  | 6        | 184,59                     | ТТК 545/1      |
| Картофель тушеный                      | 190       | 2,79             | 7,28  | 27,5     | 133,46                     | ТТК 587        |
| Напиток "Грушенька"                    | 200       | 0,02             | 0,01  | 9,68     | 36,82                      | ТТК 626        |
| 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:                                 | 608       | 15,57            | 16,18 | 68,55    | 477,49                     |                |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          |                            | 172,00         |
| Завтрак (12 лет и старше)              |           |                  |       |          |                            |                |
| Наггетсы из птицы                      | 100       | 8,84             | 8,32  | 6        | 184,59                     | ТТК 545/1      |
| Соте из овощей (рагу овощное)          | 180       | 3,69             | 11,07 | 61,2     | 207,54                     | ТТК 1420       |
| Напиток "Грушенька"                    | 200       | 0,02             | 0,01  | 9,68     | 36,82                      | ТТК 626        |
| 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        |
| Сыр порционно                          | 10        | 1,45             | 2,16  |          | 20,96                      | ТТК 1034       |
| Итого:                                 | 540       | 17,39            | 22,06 | 99,92    | 561,91                     |                |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          |                            | 146,00         |
| Обед (12 лет и старше)                 |           |                  |       |          |                            |                |
| Суп гороховый                          | 250       | 7,56             | 5,66  | 25,88    | 176,86                     | ТТК 639        |
| Биточек "Домашний"                     | 100       | 13,17            | 8,5   | 26,5     | 268,3                      | ТТК 552        |
| Перловка отварная с маслом             | 180       | 4,05             | 7,47  | 35,82    | 159,3                      | ТТК 1419       |
| Напиток "Грушенька"                    | 200       | 0,02             | 0,01  | 9,68     | 36,82                      | ТТК 626        |
| 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        |
| Огурец свежий                          | 25        | 0,2              | 0,02  | 0,86     | 3,9                        | ТТК 675/1      |
| Итого:                                 | 805       | 28,39            | 22,16 | 121,78   | 757,18                     |                |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          |                            | 146,00         |
| Питание 12 лет и старше                |           |                  |       |          |                            |                |
| Рис цветной                            | 195       | 3,07             | 1,37  | 7,06     | 61,11                      | ТТК 584        |
| Сыр порционно                          | 10        | 1,45             | 2,16  |          | 20,96                      | ТТК 1034       |
| Напиток "Грушенька"                    | 200       | 0,02             | 0,01  | 9,68     | 36,82                      | ТТК 626        |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 25        | 1,67             | 0,25  | 11,03    | 54                         | ТТК 609        |
| Итого:                                 | 430       | 6,2              | 3,79  | 27,77    | 172,89                     |                |
| Стоимость питания, руб:                |           |                  |       |          |                            | 55,00          |
| Льготное питание (7 -11 лет)           |           |                  |       |          |                            |                |
| Наггетсы из птицы                      | 100       | 8,84             | 8,32  | 6        | 184,59                     | ТТК 545/1      |
| Картофель тушеный                      | 200       | 2,93             | 7,67  | 28,94    | 140,49                     | ТТК 587        |
| Огурец свежий                          | 30        | 0,24             | 0,03  | 1,03     | 4,68                       | ТТК 675/1      |
| Напиток "Грушенька"                    | 200       | 0,02             | 0,01  | 9,68     | 36,82                      | ТТК 626        |
| 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:                                 | 580       | 15,42            | 16,52 | 68,69    | 478,58                     |                |

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работникЗапольская Е. Л.  
Паламарчук В. Г.  
Яндурина А. Р.



|                                      |     |       |       |        |        |           |
|--------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|-----------|
| Суп гороховый                        | 200 | 6,05  | 4,53  | 20,7   | 141,49 | ТТК 639   |
| Зелень                               | 1   | 0,03  |       | 0,09   | 0,44   | ТТК 671   |
| Пельмени отварные                    | 230 | 7,39  | 16,65 | 26,85  | 324,93 | ТТК 524   |
| Помидор свежий дольками              | 50  | 0,54  | 0,1   | 2,55   | 12,71  | ТТК 676/1 |
| Напиток фруктовый "Витаминка"        | 200 | 0,43  | 0,09  | 8,85   | 37,15  | ТТК 629   |
| Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом | 30  | 2,21  | 0,59  | 15,38  | 75     | ТТК 607   |
| Хлеб пшеничный из муки в/с           | 25  | 1,72  | 0,25  | 12,01  | 58     | ТТК 608   |
| Апельсин                             | 150 | 1,35  | 0,3   | 15,41  | 42,6   | ТТК 1032  |
| Итого:                               | 886 | 19,72 | 22,51 | 101,85 | 692,32 |           |

Стоимость питания, руб:

430,00

**Льготное питание ( 12 лет и старше)**

|                                        |     |      |      |       |       |          |
|----------------------------------------|-----|------|------|-------|-------|----------|
| Каша молочная пшеница                  | 200 | 6,65 | 3,57 | 31,46 | 183,2 | ТТК 511  |
| Масло сливочное                        | 5   | 0,04 | 2,13 | 0,07  | 33,03 | ТТК 657  |
| Запеканка из творога                   | 100 | 3,36 | 2,01 | 28,18 | 147,2 | ТТК 1170 |
| Сметана                                | 15  | 0,37 | 1,98 | 0,49  | 21,51 | ТТК 664  |
| Какао с молоком                        | 180 | 0,95 | 0,77 | 7,24  | 45,14 | ТТК 610  |
| 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  |
| Яблоко                                 | 120 | 0,48 | 0,01 | 13,86 | 27,83 | ТТК 669  |

Итого:

670 15,25 10,96 104,33 569,92

|                                      |     |      |      |       |        |           |
|--------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|-----------|
| Суп картофельный с рисом             | 250 | 1,6  | 6,9  | 14,68 | 89,98  | ТТК 641   |
| Зелень                               | 1   | 0,03 |      | 0,09  | 0,44   | ТТК 671   |
| Говядина отварная для I блюд         | 30  | 8,14 | 5,83 |       | 85,03  | ТТК 631/1 |
| Фишбол                               | 100 | 7,3  | 7,74 | 2,8   | 112,98 | ТТК 548   |
| Рис припущенный                      | 180 | 4,18 | 4    | 26,72 | 57,49  | ТТК 582   |
| Помидор свежий дольками              | 35  | 0,38 | 0,07 | 1,79  | 8,9    | ТТК 676/1 |
| Напиток из плодов шиповника          | 200 | 0,68 | 0,28 | 17,75 | 82,52  | ТТК 627   |
| Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом | 60  | 4,42 | 1,18 | 30,76 | 150    | ТТК 607   |
| Хлеб пшеничный из муки в/с           | 25  | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58     | ТТК 608   |

Итого:

881 28,45 26,26 106,6 645,34

Стоимость питания, руб:

430,00

**Льготное питание ( 12 лет и старше)**

|                                      |     |      |      |       |        |           |
|--------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|-----------|
| Суп картофельный с рисом             | 250 | 1,6  | 6,9  | 14,68 | 89,98  | ТТК 641   |
| Зелень                               | 1   | 0,03 |      | 0,09  | 0,44   | ТТК 671   |
| Говядина отварная для I блюд         | 30  | 8,14 | 5,83 |       | 85,03  | ТТК 631/1 |
| Фишбол                               | 100 | 7,3  | 7,74 | 2,8   | 112,98 | ТТК 548   |
| Рис припущенный                      | 180 | 4,18 | 4    | 26,72 | 57,49  | ТТК 582   |
| Помидор свежий дольками              | 35  | 0,38 | 0,07 | 1,79  | 8,9    | ТТК 676/1 |
| Напиток из плодов шиповника          | 200 | 0,68 | 0,28 | 17,75 | 82,52  | ТТК 627   |
| Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом | 60  | 4,42 | 1,18 | 30,76 | 150    | ТТК 607   |
| Хлеб пшеничный из муки в/с           | 25  | 1,72 | 0,25 | 12,01 | 58     | ТТК 608   |

Итого:

881 28,45 26,26 106,6 645,34

|                                        |     |      |      |       |       |          |
|----------------------------------------|-----|------|------|-------|-------|----------|
| Каша молочная пшеница                  | 200 | 6,65 | 3,57 | 31,46 | 183,2 | ТТК 511  |
| Масло сливочное                        | 5   | 0,04 | 2,13 | 0,07  | 33,03 | ТТК 657  |
| Запеканка из творога                   | 100 | 3,36 | 2,01 | 28,18 | 147,2 | ТТК 1170 |
| Сметана                                | 15  | 0,37 | 1,98 | 0,49  | 21,51 | ТТК 664  |
| Какао с молоком                        | 180 | 0,95 | 0,77 | 7,24  | 45,14 | ТТК 610  |
| 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  |
| Яблоко                                 | 120 | 0,48 | 0,01 | 13,86 | 27,83 | ТТК 669  |

Итого:

670 15,25 10,96 104,33 569,92

Стоимость питания, руб:

430,00

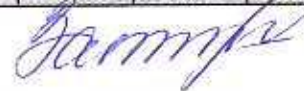
**Льготное питание ( 12 лет и старше) СД**

|                                        |     |      |      |       |        |            |
|----------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|------------|
| Каша молочная пшеница (б/сахара)       | 200 | 7,12 | 4,1  | 32,04 | 193,51 | ТТК 986    |
| Запеканка из творога (б/сахара)        | 100 | 7,81 | 3,93 | 12,62 | 117,09 | ТТК 1170/1 |
| Сметана                                | 18  | 0,44 | 2,38 | 0,59  | 25,82  | ТТК 664    |
| Какао с молоком (б/сахара)             | 200 | 3,33 | 3,13 | 5,39  | 63,03  | ТТК 958    |
| Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки | 25  | 1,67 | 0,25 | 11,03 | 54     | ТТК 609    |
| Яблоко                                 | 130 | 0,52 | 0,01 | 15,02 | 30,15  | ТТК 669    |

Итого:

673 20,89 13,79 26,69 483,6

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник

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

|                                        |     |       |       |       |        |           |
|----------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----------|
| Помидор свежий дольками                | 50  | 0,54  | 0,1   | 2,55  | 12,71  | ТТК 676/1 |
| Суп картофельный с рисом               | 250 | 1,5   | 6,9   | 14,68 | 89,98  | ТТК 541   |
| Зелень                                 | 1   | 0,03  |       | 0,09  | 0,44   | ТТК 571   |
| Говядина отварная для I блюд           | 30  | 8,14  | 5,83  |       | 85,03  | ТТК 631/1 |
| Фишбол                                 | 100 | 7,3   | 7,74  | 2,8   | 112,98 | ТТК 548   |
| Рис пропущенный                        | 180 | 4,18  | 4     | 26,72 | 57,49  | ТТК 582   |
| Напиток из плодов шиповника (б/сахара) | 200 | 0,68  | 0,28  | 14,3  | 62,44  | ТТК 982   |
| Хлеб "Прибрежный", обогащенный йодом   | 60  | 4,42  | 1,18  | 30,76 | 150    | ТТК 607   |
| Итого:                                 | 871 | 26,89 | 26,04 | 91,91 | 571,07 |           |
| Стоимость питания, руб:                |     |       |       |       |        | 430,00    |

Директор  
Заведующий производством  
Медицинский работник




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