

УТВЕРЖДЕНО

Директор ЧОУ "Газпром школа Свободный"



М.В.Коваленко

«19» 05 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Начальник управления «Томского УООП»
ООО «Газпром питание»



М.Ю. Чабанова

«19» 05 2025 г.

**Меню льготных комплексов питания обучающихся
и пищевая ценность блюд для школы, расположенной по адресу:
Амурская обл., г.Свободный, ул.Учебная, 12**

Меню для льготного питания учащихся№ по сборнику
рецептур или №
ТТН

Наименование

Выход
Пищевая
ценность
(БЖУ), г
Б Ж У
Калорий
ность,
ккал/
пор**Комплекс Завтрак 1-4 класс**

№3956 СБ.шк.пит.

Запеканка из творога со сметаной

(творог, сахар-песок, крупа манная, сметана, масло сливочное, яйцо кур, соль, соус)

75/20

14,3 12,2 13,6 222

№586 СБ.шк.пит. 2004

Чай заварной с сахаром

(чай черный, сахар)

200/15

15,0 60

Итого за завтрак

87 руб

Комплекс Завтрак 5-7 классы

№3956 СБ.шк.пит.

Запеканка из творога со сметаной

(творог, сахар-песок, крупа манная, сметана, масло сливочное, яйцо кур, соль, соус)

75/20

14,3 12,2 13,6 222

№586 СБ.шк.пит. 2004

Чай заварной с сахаром

(чай черный, сахар)

200/15

15,0 60

Итого за завтрак

87 руб

Зав.столовой

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность (БЖУ), г			Калорий ность, ккал/ пор
			б	ж	у	
Комплекс Завтрак 1-4 класс						
8 с6 1997	Бутерброд с сыром (сыр,масло сливочное, хлеб пшеничный)	20/5/20	4,7	9,3	0,1	105
257 с6.1996	Каша пшенная вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, крупа пшено, масло сливочное , сахар, соль)	200/15	8,7	15,6	43,9	351
№1086 С6 шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром (чай черный, сахар)	200/15			15,0	60
	Итого за завтрак	87руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы						
8 с6 1997	Бутерброд с сыром (сыр,масло сливочное, хлеб пшеничный)	20/5/20	4,7	9,3	0,1	105
257 с6.1996	Каша пшенная вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, крупа пшено, масло сливочное , сахар, соль)	200/15	8,7	15,6	43,9	351
№1086 С6 шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром (чай черный, сахар)	200/15			15,0	60
	Итого за завтрак	87руб				
	Зав.столовой					

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность (БЖУ), г			Калорий ность, ккал/ пор
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс						
257 сб.1996	Каша геркулесовая вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, хлопья овсяные геркулес, масло сливочное, сахар, соль)	150/15	6,3	15,3	28,7	278
ТТК 03,420	Рулет бисквитный с джемом (яйцо кур., джем, сахар, мука пшеничная, крахмал картофельный, сахарная пудра)	100	7,5	5,0	61,4	321
№585 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном (чай черный, сахар, лимон свежий)	200/15/7	0,1	-	15,2	61
	Итого за завтрак	87руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы						
257 сб.1996	Каша геркулесовая вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, хлопья овсяные геркулес, масло сливочное, сахар, соль)	150/15	6,3	15,3	28,7	278
ТТК 03,420	Рулет бисквитный с джемом (яйцо кур., джем, сахар, мука пшеничная, крахмал картофельный, сахарная пудра)	100	7,5	5,0	61,4	321
№585 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном (чай черный, сахар, лимон свежий)	200/15/7	0,1	-	15,2	61
ТТК-16.04.01	Итого за завтрак	87руб				

87руб

Зав.столовой

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность (БЖУ), г			Калорий ность, ккал/ пор
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс						
8 сб 1997	Бутерброд горячий с ветчиной и сыром (сыр, ветчина, помидоры, хлеб пшеничный)	70	8,5	5,6	15,4	146
285 сб. 1996	Каша гречневая вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, крупа гречневая, сахар, соль, масло сл.)	150/10	6,9	10,8	29,4	242
№503 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром (чай черный, сахар)	200/15			15,0	60
	Итого за завтрак	87руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы						
8 сб 1997	Бутерброд горячий с ветчиной и сыром (сыр, ветчина, помидоры, хлеб пшеничный)	70	8,5	5,6	15,4	146
285 сб. 1996	Каша гречневая вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, крупа гречневая, сахар, соль, масло сл.)	150/10	6,9	10,8	29,4	242
№503 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром (чай черный, сахар)	200/15			15,0	60
	Итого за завтрак	87руб				
	Зав.столовой					

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику
рецептур или №
ТТК

Наименование

Выход
Пищевая
ценность
[БЖУ], г
Б Ж У
Калорий
ность,
ккал/
пор

Комплекс Завтрак 1-4 класс

257 сБ.1596	Каша рисовая вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар, соль)
ТТК 09/196	Булочка Лакомка со сгущенным молоком (мука пшеничная, молоко сгущ., сахар-песок, яйцо, маргарин)
ТТК 642/3-96	Какао на молоке (какао-порошок, молоко цельное, сахар-песок, вода)
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный
	Итого за завтрак

150/10	4,6	9,8	34,8	247
100	8,1	9,8	6,7	389
200	3,9	3,8	25,0	150
30	2,1	0,9	8,7	52

87руб

Комплекс Завтрак 5-7 классы

257 сБ.1596	Каша рисовая вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар, соль)
ТТК 09/196	Булочка Лакомка со сгущенным молоком (мука пшеничная, молоко сгущ., сахар-песок, яйцо, маргарин)
ТТК 642/3-96	Какао на молоке (какао-порошок, молоко цельное, сахар-песок, вода)
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный
	Итого за завтрак

150/10	4,6	9,8	34,8	247
100	8,1	9,8	6,7	389
200	3,9	3,8	25,0	150
30	2,1	0,9	8,7	52

87руб

Зав.столовой

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность (БЖУ), г			Калорий ность, ккал/ пор
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс						
ТТК 01.01.05	Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное)	20/20/5	4,7	9,5	0,1	105
СТН шк № 315	Запеканка рисовая с творогом со сметаной (крупа рисовая, творог, сахар, яйцо кур, сметана, масло слив, сухари панировочные, ванилин)	125/20	14,3	12,2	13,6	222
№096 СБ шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном (чай черный, сахар, лимон свежий)	200/15/7	0,1	-	15,2	61
	Итого за завтрак					
Комплекс Завтрак 5-7 классы						
		87руб				
ТТК 01.01.05	Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное)	20/20/5	4,7	9,5	0,1	105
СТН шк № 315	Запеканка рисовая с творогом со сметаной (крупа рисовая, творог, сахар, яйцо кур, сметана, масло слив, сухари панировочные, ванилин)	125/20	14,3	12,2	13,6	222
№096 СБ шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном (чай черный, сахар, лимон свежий)	200/15/7	0,1	-	15,2	61
	Итого за завтрак					
	Зав.столовой	87руб				

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность (БЖУ), г			Калорий ность, ккал/ пор
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс						
ТТК 03,420	Рулет бисквитный с джемом (яйцо кур., джем, сахар, мука пшеничная, крахмал картоф ельный, сахарная пудра)	100	7,5	5,0	61,4	321
257 сб.1996	Каша пшеничная вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, крупа пшено, масло сливочное , сахар, соль)	150/10	6,4	10,8	32,8	254
№2605 СБ шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром (чай черный, сахар)	200/15			15,0	60
	Итого за завтрак	87руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы						
ТТК 03,420	Рулет бисквитный с джемом (яйцо кур., джем, сахар, мука пшеничная, крахмал картоф ельный, сахарная пудра)	100	7,5	5,0	61,4	321
257 сб.1996	Каша пшеничная вязкая на молоке с маслом сливочным (молоко, крупа пшено, масло сливочное , сахар, соль)	150/10	6,4	10,8	32,8	254
№2605 СБ шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром (чай черный й, сахар)	200/15			15,0	60
	Итого за завтрак	87руб				
	Зав.столовой					

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику
рецептур или №
ТТК

Наименование

Комплекс Завтрак 1-4 класс

Выход
Пищевая
ценность
(БЖУ), г
б ж у
Калорий
ность,
ккал/
пор

257 сб. 1996

Запеканка из творога со сметаной

(молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль)

75/20

14,3 12,2 13,6 222

№1085 Сб шк. пит. 2004

Чай заварной с сахаром

(чай черный, сахар,)

200/15

15,0 60

Итого за завтрак

87руб

Комплекс Завтрак 5-7 классы

257 сб. 1996

Запеканка из творога со сметаной

(молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль)

75/20

14,3 12,2 13,6 222

№1085 Сб шк. пит. 2004

Чай заварной с сахаром

(чай черный, сахар,)

200/15

15,0 60

Итого за завтрак

87руб

Зав.столовой

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику
рецептур или №
ТТК

Наименование

Выход
Пищевая
ценность
(БЖУ), г
Б Ж У
Калорий
ность,
ккал/
пор

Комплекс Завтрак 1-4 класс

8 сБ 1997 Бутерброд с сыром

(сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)

20/5/20 4,7 9,5 0,1 105

257 сБ.1996 Каша рисовая вязкая на молоке с маслом сливочным

(молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар, соль)

150/10 4,6 9,8 34,8 247

ТТК 08.08 Напиток из зеленого чая с лимоном

(чай зеленый, сахар, лимон)

200 0,2 20,6 83

Итого за завтрак

87 руб

Комплекс Завтрак 5-7 классы

8 сБ 1997 Бутерброд с сыром

(сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)

20/5/20 4,7 9,5 0,1 105

257 сБ.1996 Каша рисовая вязкая на молоке с маслом сливочным

(молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар, соль)

150/10 4,6 9,8 34,8 247

ТТК 08.08 Напиток из зеленого чая с лимоном

(чай зеленый, сахар, лимон)

200 0,2 20,6 83

Итого за завтрак

87 руб

Зав.столовой

Меню для льготного питания учащихся

№ по сборнику
рецептур или №
ТТК

Наименование

Выход
Пищевая
ценность
(БЖУ), г
Б Ж У
Калорий
ность,
ккал/
пор

Комплекс Завтрак 1-4 класс

82-2000	Кекс Столичный (мука пшеничная, масло сливочное, сахар, изюм, яйцо кур, сахарная пудра, соль)	75	4,8	14,1	44,2	328
257/2-96	Каша кукурузная на молоке с маслом сливочным (крупа кукурузная, вода, молоко, сахар-песок, соль)	150/10	5,7	10,0	38,2	265
№ 886 СБ шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром (чай черный, сахар)	200/15			15,0	60

Итого за завтрак

Комплекс Завтрак 5-7 классы

82-2000	Кекс Столичный (мука пшеничная, масло сливочное, сахар, изюм, яйцо кур, сахарная пудра, соль)	75	4,8	14,1	44,2	328
257/2-96	Каша кукурузная на молоке с маслом сливочным (крупа кукурузная, вода, молоко, сахар-песок, соль)	150/10	5,7	10,0	38,2	265
№ 886 СБ шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром (чай черный, сахар)	200/15			15,0	60

Итого за завтрак

87 руб

Зав.столовой

ТТК-16.0.01