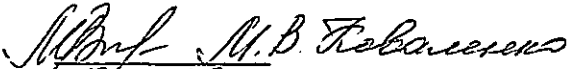



УТВЕРЖДЕНО
от заказчика


/«13» 09 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Начальником управления «Томского УООП»
ООО «Газпром питание»


/«13» 09 2024 г. М.Ю. Чабанова

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

Меню № 1 для питания учащихся

№ по сборнику рецензур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность (БЖУ), г			Калорийно сть, ккал/ пор
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
№366 сб.шк.пит.	Запеканка из творога со сметаной	75/15	13,8	9,2	12,9	330
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы(льготный)						
№366 сб.шк.пит.	Запеканка из творога со сметаной	75/15	13,8	9,2	12,9	330
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
№366 сб.шк.пит.	Запеканка из творога со сметаной	75/20	13,8	9,2	12,9	330
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за завтрак		85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
табл.24 сб.1996 г.	Огурцы свежие порционно	60	0,7	0,1	2,3	13
10 сб.1996	Суп-лапша домашняя с курицей	200/15	7,9	5,8	18,0	157
Ч2стр190	Котлеты паровые из курицы и овощей	100	19,0	5,9	2,4	138
463-3	Каша гречневая рассыпчатая	100	10,5	11,1	43,8	317
540 сб.1996	Соус томатный	25	0,5	2,5	3,3	38
Ттк № 03.187	Компот из кураги	200	1,0	0,1	30,2	125
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
табл.24 сб.1996 г.	Огурцы свежие порционно	100	0,7	0,1	2,3	13
151 сб.1996	Суп-лапша домашняя с курицей	250/20	7,9	5,8	18,0	157
Ч2стр190	Котлеты паровые из курицы и овощей	100	19,0	5,9	2,4	138
463-3	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,5	11,1	43,8	317
540 сб.1996	Соус томатный	50	0,5	2,5	3,3	38
Ттк № 03.187	Компот из кураги	200	1,0	0,1	30,2	125
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		200 руб				
Полдник 1-7 класс(платный)						
ТТК 09.126	Булочка Лакомка со сгущ.молоком	100	6,9	8,3	57,0	330
642/3-96	Какло с молоком	200	3,9	3,8	25,1	150
Итого за полдник:		85 руб.				
Ужин 1-7 класс(платный)						
таб 24 1996	Помидоры свежие	60	1,1	0,2	3,8	21
№448 сб.рец.ПОП Школьное питание 2004	Бифитекс рубленый	53	12,5	15,2	0,3	188
№333 сб. рец. ПОП школьное питание	Макаронны отварные с сыром	130	7,0	10,6	28,5	237
Ттк № 03.187	Компот из кураги	200	1,0	0,1	30,2	125
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за ужин:		180 руб				

Меню № 2 для питания учащихся

№ по сборнику рецептур или №	Наименование	Выход	Пищевая ценность (БЖУ), г			Калорийность, ккал/
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
8 сб.1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257 сб.1996	Каша пшеничная вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	9,1	16,4	46,1	368
№686 Сб шк. ппт. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы(льготный)						
8 сб.1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257 сб.1996	Каша пшеничная вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	9,1	16,4	46,1	368
№686 Сб шк. ппт. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
8 сб.1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257 сб.1996	Каша пшеничная вязкая на молоке с маслом сливочным	200/15	9,1	16,4	46,1	368
№686 Сб шк. ппт. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
9снк	Салат из белокочанной капусты со свежим огурцом	60	1,1	10,0	3,4	110
110 сб.1996	Борщ из свежей капусты и картофеля/говядина/сметана	200/15/20	1,5	3,0	10,5	76
ТТК03.149	Фрикадельки из кур	100	19,4	9,7	8,6	200
472 сб.1996	Пюре картофельное	100	3,3	6,2	21,9	156
ТТК № 03.191	Напиток брусничный	200	0,2	0,1	27,0	110
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
9снк	Салат из белокочанной капусты со свежим огурцом	100	1,1	10,0	3,4	110
110 сб.1996	Борщ из свежей капусты и картофеля/говядина/сметана	200/15/20	1,5	3,0	10,5	76
ТТК03.149	Фрикадельки из кур	100	19,4	9,7	8,6	200
472 сб.1996	Пюре картофельное	150	3,3	6,2	21,9	156
ТТК № 03.191	Напиток брусничный	200	0,2	0,1	27,0	110
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		200 руб				
Полдник 1-7 класс (платный)						
ТТК 09.184	Булочка с сыром	80	8,6	15,1	43,7	345
№686 Сб шк. ппт. 2004	Кисель из яблок	200	0,1	-	31,9	128
Итого за полдник:		85 руб.				
Ужин 1-7 класс(платный)						
СР 97- 324	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63
Акт №22	Горошек консервированный	20	0,6	-	1,3	8
324/2-96	Котлеты из мясной и свиной	100	16,5	13,3	17,3	255
СР 97- 324	Капуста цветная отварная с маслом сливочным	105	5,3	11,5	8,9	161
ТТК № 03.191	Напиток брусничный	200	0,2	0,1	27,0	110
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за ужин:		180 руб				

Меню № 3 для питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность (БЖУ), г			
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
257 сб.1996	Каша геркулесовая вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	7,0	10,6	28,5	237
ТТК № 09.72	Пирожки пресные с перенком консервированным	60	3,3	10,6	23,5	211
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы(льготный)						
257 сб.1996	Каша геркулесовая вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	7,0	10,6	28,5	237
ТТК № 09.72	Пирожки пресные с перенком консервированным	60	3,3	10,6	23,5	211
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
257 сб.1996	Каша геркулесовая вязкая на молоке с маслом сливочным	200/15	7,0	10,6	28,5	237
ТТК № 09.72	Пирожки пресные с перенком консервированным	60	3,3	10,6	23,5	211
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
01.02.106	Салат из помидор, огурцов с маслом растительным	80	0,9	1,9	2,2	29
136/3-96	Суп картофельный с рисом курицей	200/15	2,5	2,9	21,8	123
ТТК № 03.32	Котлеты домашние (говядина, свинина) Рагу овощное	100 100	23,2 13,7	13,7	12,7	266
ТТК 08.01	Апельсиновый лимонад	200	0,4	0,1	33,3	136
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
01.02.106	Салат из помидор, огурцов с маслом растительным	100	0,9	1,9	2,2	29
136/3-96	Суп картофельный с рисом курицей	250/20	2,5	2,9	21,8	123
ТТК № 03.32	Котлеты домашние (говядина, свинина) Рагу овощное	100 150	23,2 2,0	13,7 6,4	12,9 12,1	266,0 114
№224 сб.шк.пит. ТТК 08.01	Апельсиновый лимонад	200	0,4	0,1	33,3	136
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		200 руб				
Полдник 1-7 класс (платный)						
ТТК 03.229	Шарлотка с яблоками	100	7,7	5,8	49,0	278
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	128
Ужин 1-7 класс(платный)						
35151 сб.1996	Салат Зорька	100	0,9	9,0	5,6	107
№438 сб. рец. ПОП Школьное питание 2004г.	Азу из говядины	50/50	18,7	10,5	18,7	244
ТТК 08.01	Апельсиновый лимонад	200	0,4	0,1	33,3	136
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за ужин		180 руб				

Меню № 4 для питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Калорийность , ккал/пор
			Б	Ж	У	
Комплексы Завтрак 1-4 класс (льготный)						
257 сб.1996	Каша рисовая вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	6,1	14,5	46,4	340
	Булочка домашняя					
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	77 руб				
Комплексы Завтрак 5-7 классы(льготный)						
257 сб.1996	Каша рисовая вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	6,1	14,5	46,4	340
	Булочка домашняя					
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	77 руб				
Комплексы Завтрак 5-7 класс (платный)						
257 сб.1996	Каша рисовая вязкая на молоке с маслом сливочным	200/15	6,1	14,5	46,4	340
	Булочка домашняя					
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	85 руб				
Комплексы Обед 1-4 класс (платный)						
27 сб.1996	Салат Витаминный	80	1,6	15	9,3	179
129/3-96	Рассольник ленинградский с перловой крупой со сметаной и говядиной	200/20/15	2,2	3,4	16,5	144
423 сб.1996	Тефтели в томатном соусе	60/25	12,5	20,1	12,5	281
469/2-96	Макаронные отварные с маслом сливочным	100	5,3	5,4	37,8	222
588 сб.1996	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2		31,6	127
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за обед	180 руб				
Комплексы Обед 5-7 класс (платный)						
27 сб.1996	Салат Витаминный	100	1,6	15	9,3	179
129/3-96	Рассольник ленинградский с перловой крупой со сметаной и говядиной	250/20/20	2,2	3,4	16,5	144
423 сб.1996	Тефтели в томатном соусе	60/50	12,5	20,1	12,5	281
469/2-96	Макаронные отварные с маслом сливочным	150	5,3	5,4	37,8	222
588 сб.1996	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2		31,6	127
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за обед	200 руб				
Полдник 1-7 класс (платный)						
ТТК № 03.380	Пирожки из слоеного теста с ананасом консервированным	60	2,9	9,7	20,1	180
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за полдник:	85 руб.				
Ужин 1-7 класс(платный)						
ТТК 01.02.108	Салат из отварной свеклы с маслом	60	0,8	6,0	4,8	77
ТТК 03.64	Окорочка жареные	100	28,7	25,6	0,1	346
ТТК 03.288	Овощи отварные брокколи	105	3,9	5,5	9,2	102
588 сб.1996	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2		31,6	127
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за ужин	180				

Меню № 5 для питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Калорий ность,
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
8 сб.1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257 сб.1996	Каша кукурузная вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	6,1	14,5	46,4	340
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы (льготный)						
8 сб.1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257 сб.1996	Каша кукурузная вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	6,1	14,5	46,4	340
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
8 сб.1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257 сб.1996	Каша кукурузная вязкая на молоке с маслом сливочным	200/15	6,1	14,5	46,4	340
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
С.З.П. ч 1 стр 23	Салат из моркови и кураги с медом, со сметаной	80	1,2	1,4	19,2	94
№139 сб.шк.пит. 324 сб.1996	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) с говядиной	200/15	4,4	3,4	15,5	110
465 сб.1996	Котлеты рыбные (горбуша)	100	13,2	16,4	17,0	254
585 сб.1996	Рис отварной	100	3,8	5,4	43,4	238
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	35,8	146
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
С.З.П. ч 1 стр 23	Салат из моркови и кураги с медом, со сметаной	100	1,2	1,4	19,2	94
№139 сб.шк.пит. 324 сб.1996	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) с говядиной	250/20	4,4	3,4	15,5	110
465 сб.1996	Котлеты рыбные (горбуша)	100	13,2	16,4	17,0	254
585 сб.1996	Рис отварной	150	3,8	5,4	43,4	238
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	35,8	146
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		200 руб				
Полдник 1-7 класс (платный)						
292-96	Вареники ленивые со сметаной	100/20	167,6	82,2	165,3	2071
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за полдник:		85 руб.				
Ужин 1-7 класс (платный)						
03.102	Рыба запеченная с сыром филе Горбуши	110	21,4	19,5	3,7	276
465 сб.1996	Рис отварной	150	3,8	5,4	43,4	238
585 сб.1996	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	35,8	146
ТТК 03.230	Желе из вишни с/м	150	5,5	0,1	48,1	215
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за ужин		180 руб				

Меню № 6 для питания учащихся

№ по сборнику рецептов или №	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Калорийность,
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
8 сб 1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257/2-96	Каша пшеница на молоке с маслом сливочным	150/15	8,7	15,6	43,9	351
№686 Сб шк. ппт. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы(льготный)						
8 сб 1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257/2-96	Каша пшеница на молоке с маслом сливочным	150/15	8,7	15,6	43,9	351
№686 Сб шк. ппт. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
8 сб 1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257/2-96	Каша пшеница на молоке с маслом сливочным	200/15	8,7	15,6	43,9	351
№686 Сб шк. ппт. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
ТТК 01.02.108	Салат из отварной свеклы с яблоками и соевыми огурцами	60	1,4	10,0	8,1	128
136/3-96	Суп картофельный с греческой крупой и птицей	200/15	3,0	3,1	19,4	118
ТТК 03.64	Окорочка жареные	100	28,7	25,6	0,1	346
470/3-96	Картофель отварной с маслом сливочным	100	3,0	4,4	24,5	150
Ттк № 03.188	Компот из чернослива	200	0,5	0,1	31,5	129
ТТК-16.04,01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за обед	180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
ТТК 01.02.108	Салат из отварной свеклы с яблоками и соевыми огурцами	100	1,4	10,0	8,1	128
136/3-96	Суп картофельный с греческой крупой и птицей	250/15	3,0	3,1	19,4	118
ТТК 03.64	Окорочка жареные	100	28,7	25,6	0,1	346
470/3-96	Картофель отварной с маслом сливочным	150	3,0	4,4	24,5	150
Ттк № 03.188	Компот из чернослива	200	0,5	0,1	31,5	129
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за обед	200				
Полдник 1-7 класс (платный)						
ТТК09.174	Треугольник с яблоками	75	5,3	5,6	38,8	227
642/3-96	Кавчо с молоком	200	3,9	3,8	25,1	150
	Итого за полдник:	85 руб.				
Уэсин 1-7 класс(платный)						
ТТК 13.90	Салат из помидоров с огурцом и маслом растительным	100	0,9	10,1	2,8	105
394 (3)/1996	Жаркое по-домашнему с говядиной	150/50	19,7	11,8	28,1	297
Ттк № 03.188	Компот из чернослива	200	0,5	0,1	31,5	129
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за уэсин	180				

Меню № 7 для питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Калорий ность,
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
257 сб.1996	Каша геркулесовая вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	7,0	10,6	28,5	237
82-2000	Кекс Столичный	75	4,8	14,7	44,2	328
№686 Сб шк. штг. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы(льготный)						
257 сб.1996	Каша геркулесовая вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	7,0	10,6	28,5	237
82-2000	Кекс Столичный	75	4,8	14,7	44,2	328
№686 Сб шк. штг. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
257 сб.1996	Каша геркулесовая вязкая на молоке с маслом сливочным	200/15	7,0	10,6	28,5	237
82-2000	Кекс Столичный	75	4,8	14,7	44,2	328
№686 Сб шк. штг. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
ТТК 01.02.28	Салат Белорусский	60	0,7	6,0	2,0	63
120 сб.1996	Щи из свежей капусты с картофелем/ мясо окорочков куриных/сметана	200/15/20	1,8	5,2	8,9	79
324/3-96	Биточки из мясной	75	9,4	5,6	12,0	136
№549 сб.рец 1996г.	Соус молочный	25	1,4	3,0	4,0	49
463-3	Каша гречневая рассыпчатая	100	10,5	11,1	43,8	317
200 сб.1996	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	24,9	100
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
ТТК 01.02.28	Салат Белорусский	60	0,7	6,0	2,0	63
120 сб.1996	Щи из свежей капусты с картофелем/ мясо окорочков куриных/сметана	250/15/20	1,8	5,2	8,9	79
324/3-96	Биточки из мясной	75	9,4	5,6	12,0	136
№549 сб.рец 1996г.	Соус молочный	50	1,4	3,0	4,0	49
463-3	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,5	11,1	43,8	317
200 сб.1996	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	24,9	100
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Полдник 1-7 класс (платный)						
ТТК № 09.79	Пирожки печеные с мясом и луком	60	3,7	11,7	21,2	205
№686 Сб шк. штг. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за полдник:		85 руб.				
Ужин 1-7 класс(платный)						
ТТК 03.524	Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной	100	0,8	6,1	2,2	67
ТТК03.149	Фрикадельки из кур	100	19,4	9,7	8,6	200
463-3	Каша гречневая рассыпчатая	100	10,5	11,1	43,8	317
200 сб.1996	Напиток клюквенный	200	0,1	0,1	24,9	129
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за ужин		180 руб				

Меню № 8 для питания учащихся

№ по сборнику рецептур или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Калорий ность,
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
№257/2 СР1996 г	Каша гречневая вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	9,2	15,6	39,2	334
СР №689-96	Пирожки из слоеного теста с яблоками и брусничкой	60	2,9	9,8	24,0	196
№686 С6 шк. штг. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы(льготный)						
№257/2 СР1996 г	Каша гречневая вязкая на молоке с маслом сливочным	150/15	9,2	15,6	39,2	334
СР №689-96	Пирожки из слоеного теста с яблоками и брусничкой	60	2,9	9,8	24,0	196
№686 С6 шк. штг. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
№257/2 СР1996 г	Каша гречневая вязкая на молоке с маслом сливочным	200/15	9,2	15,6	39,2	334
СР №689-96	Пирожки из слоеного теста с яблоками и брусничкой	60	2,9	9,8	24,0	196
№686 С6 шк. штг. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
9снк	Салат из белокочанной капусты со свежим огурцом	60	1,1	10,0	3,4	110
№139 сб.шк.штг. 394 (З)/1996	Суп картофельный с бобовыми (горох) и с курицей	200/15	4,8	3,3	15,6	112
№705 сб.шк.штг.	Жаркое по-домашнему с говядиной	150/50	19,7	11,8	28,1	297
ТТК-16.04.01	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	29,6	124
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
9снк	Салат из белокочанной капусты со свежим огурцом	100	1,1	10,0	3,4	110
№139 сб.шк.штг. 394 (З)/1996	Суп картофельный с бобовыми (горох) и с курицей	250/20	4,8	3,3	15,6	112
№705 сб.шк.штг.	Жаркое по-домашнему с говядиной	200/50	19,7	11,8	28,1	297
ТТК-16.04.01	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	29,6	124
	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		200руб				
Полдник 1-7 класс (платный)						
СР №687-96	Пирожки пресные с черносливом	60	4,3	3,7	38,4	204
№686 С6 шк. штг. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за полдник:		85 руб.				
Ужин 1-7 класс(платный)						
табл.24 сб.1996 г.	Огурцы свежие порционно	100	0,7	0,1	2,3	13
317/2-96	Поджарка из горбуши	100/30	26,1	20,3	10,3	331
472 сб.1996	Пюре картофельное	150	3,3	6,2	21,9	156
№705 сб.шк.штг.	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	29,6	124
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за ужин		180 руб				

Меню № 9 для питания учащихся

№ по сборнику рецептов или № ТТК	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Калорий ность,
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
8 сб 1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257/2-96	Каша манная с маслом сливочным	150/15				
№686 Сб шк. пнт. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы(льготный)						
8 сб 1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257/2-96	Каша манная с маслом сливочным	150/15				
№686 Сб шк. пнт. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
8 сб 1997	Бутерброд с сыром	45	5,2	8,0	10,6	136
257/2-96	Каша манная с маслом сливочным	200/15	8,4	16,8	38,2	338
№686 Сб шк. пнт. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
	Итого за завтрак	85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
01.02.106	Салат из свежих помидор, зеленого лука и сметаной	60	1,4	3,1	3,6	49
№140 сб.рец. ПОП школ.питание 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями / с курицей	200/15	2,3	2,1	17,0	96
443 сб.шк.пнт.	Плов из свинины	100/50	30,2	12,5	46,4	419
ТТК 08.06.	Напиток Солнечный из облепихи	200	0,4	1,6	21,7	103
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за обед	180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
01.02.106	Салат из свежих помидор, зеленого лука и сметаной	60	1,4	3,1	3,6	49
№140 сб.рец. ПОП школ.питание 2004	Суп картофельный с макаронными изделиями / с курицей	200/20	2,3	2,1	17,0	96
443 сб.шк.пнт.	Плов из свинины	150/50	30,2	12,5	46,4	419
ТТК 08.06.	Напиток Солнечный из облепихи	200	0,4	1,6	21,7	103
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за обед	200 руб				
Полдник 1-7 класс (платный)						
153-2000	Коржик молочный	75	5,4	9,0	52,8	314
ТТК 07.07	Кисель из вишни	200	0,2	0,1	35,4	143
	Итого за полдник:	85 руб.				
Ужин 1-7 класс(платный)						
599/3-96	Желе из апельсин		2,7	-	12,4	60
ТТК № 03.32	Котлеты домашние (говядина, свинина)	100	23,2	13,7	12,7	266
ТТК 13,86	Фасоль стручковая отварная	105	6,0	11,6	14,0	185
ТТК 07.07	Кисель из вишни	200	0,2	0,1	35,4	143
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
	Итого за ужин	180 руб				

Меню № 10 для питания учащихся

№ по сборнику рецептов или №	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Калорийность,
			Б	Ж	У	
Комплекс Завтрак 1-4 класс (льготный)						
№160 сб.шк.пит	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) с маслом сливочным	200/15	4,5	4,5	18,2	131
ТТК 09.27	Калачик к чаю	100	6,8	26,1	62,0	510
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 классы(льготный)						
№160 сб.шк.пит	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)	200/15	4,5	4,5	18,2	131
ТТК 09.27	Калачик к чаю	100	6,8	26,1	62,0	510
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		77 руб				
Комплекс Завтрак 5-7 класс (платный)						
№160 сб.шк.пит	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)	250/15	4,5	4,5	18,2	131
ТТК 09.27	Калачик к чаю	100	6,8	26,1	62,0	510
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за завтрак		85 руб				
Комплекс Обед 1-4 класс (платный)						
ТТК 03.524	Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной	60	0,8	6,1	2,2	67
ТТК 02.17	Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	200	13,1	6,2	37,2	257
ТТК03.149	Поджарка из филе кур	75/25	19,5	9,8	8,7	201
472 сб.1996	Пюре картофельное	100	3,3	6,2	21,9	156
№549 сб.рец 1996г	Соус молочный	50	1,4	3,0	4,0	49
ТТК 08.09	Напиток клубничный	200	0,2	0,1	22,0	90
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		180 руб				
Комплекс Обед 5-7 класс (платный)						
ТТК 03.524	Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной	100	0,8	6,1	2,2	67
№137 сб.рец ПОП школьное	Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	250	8,4	4,0	18,3	143
ТТК03.149	Поджарка из филе кур	75/25	19,5	9,8	8,7	201
472 сб.1996	Пюре картофельное	150	3,3	6,2	21,9	156
ТТК 08.09	Напиток клубничный	200	0,2	0,1	22,0	90
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	60	2,1	0,9	8,7	52
Итого за обед		200 руб				
Полдник 1-7 класс (платный)						
292-96	Вареники ленивые со сметаной	100/20	167,6	82,2	165,3	2071
№686 Сб шк. пит. 2004	Чай заварной с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	63
Итого за полдник:		85 руб.				
Ужин 1-7 класс(платный)						
01.02.106	Салат из свежих помидор с луком зеленым и сметаной	100	1,4	3,1	3,6	49
№438 сб. рец. ПОП Школьное	Азу из говядины	50/50	18,7	10,5	18,7	244
ТТК 08.09	Напиток клубничный	200	0,2	0,1	22,0	90
ТТК-16.04.01	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,9	8,7	52
Итого за ужин		180 руб				