



# МЕНЮ



ОБЯЗАТЕЛЬНО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

«Самотлор»

ОГРН 1029800098406  
ИЧСМПСКИЙ АО-ЮГРА  
ул. МАРШАЛА ЖУКОВА, в.  
24-88-74, 24-79-86

5

Возрастная категория с 7-11 лет (1-4 класс)

ООО «Самотлор»

МБОУ СШ №10

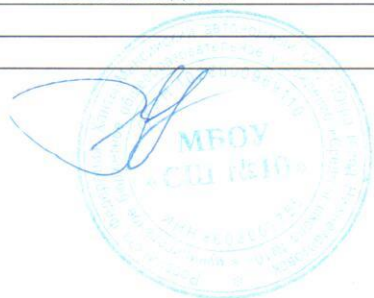
2/1

13.11.2023г

1смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Каша Дружба с маслом	210	235	
2	Горячий шоколад с молоком	200	104	
3	Сыр порциями	20	63	
4	Батон нарезной	25	16	
5	Фрукты (груша)	180	76	
	Итого			160-00
<b>Обед</b>				
1	Уха ростовская с зеленью (форель)	200	116	
2	Котлеты домашние/ соус красный	90/30	228/16	
3	Спагетти отварные	150	195	
4	Напиток из вишни с/м	200	103	
5	Батон пшеничный с отрубями/хлеб дарницкий	35/25	67/16	
	Итого за день:			167-00
<b>Полдник</b>				
1	Пицца с колбасой вареной и томатом	70	199	
2	Чай с лимоном	207	37	
	Итого за день:			45-00
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Каша Дружба с маслом	210	235	
2	Горячий шоколад с молоком	200	104	
3	Сыр порциями	20	63	
4	Батон нарезной	25	16	
5	Фрукты (груша)	180	76	
6				
<b>2 прием пищи</b>				
1	Огурцы соленые	60	6	
2	Уха ростовская с зеленью (форель)	200	116	
3	Котлеты домашние/ соус красный	90/30	228/16	
4	Спагетти отварные	150	195	
5	Напиток из вишни с/м	200	103	
6	Хлеб дарницкий/пшеничный	25/30	48/61	
7				
	Итого за день:			398-00

Директор



Заведующая столовой

*Смирнова*

# МЕНЮ

Возрастная категория с 7-11 лет (1-4 класс)

ООО «Самотлор»

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«САМОТЛОР» 6  
ИНН 88-01-00000  
ОБЛАСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
УЛ. МАРИНКА АХУНОВА, 1  
166000-74, 24-79-58  
Портфель

МБОУ СШ №10

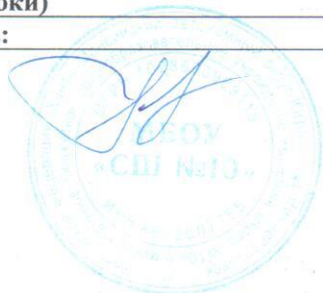
2/2

14.11.2023г

1,2смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Тефтели мясные с хлебом	110	208	
2	Пюре картофельное	150	125	
3	Чай с сахаром	200	36	
4	Хлеб пшеничный	30	61	
5	Йогурт	90	64	
Итого за день:				160-00
<b>Обед</b>				
1	Суп картофельный с колбасой и зеленью	200/1	113	
2	Говядина по строгановски	100	230	
3	Рис отварной	150	192	
4	Напиток апельсиновый	200	52	
5	Батон пшеничный с отрубями/хлеб дарницкий	30/30	19/63	
Итого за день:				167-00
<b>Полдник</b>				
1	Блинчики со сгущенкой	100/20	224/49	
2	Чай с сахаром	200	36	
Итого за день:				45-00
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Тефтели мясные с хлебом	110	208	
2	Пюре картофельное	150	125	
3	Чай с сахаром	200	36	
4	Хлеб пшеничный	30	61	
5	Йогурт	90	64	
<b>2 прием пищи</b>				
1	Салат из свеклы с яблоками	60	44	
2	Суп картофельный с колбасой и зеленью	200/1	113	
3	Говядина по строгановски	100	230	
4	Рис отварной	150	192	
5	Напиток апельсиновый	200	52	
6	Хлеб пшеничный/дарницкий	35/35	71/74	
7	Фрукты (яблоки)	170	72	
Итого за день:				398-00

Директор

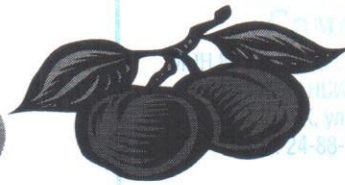


Заведующая столово

*Евсеева*



# МЕНЮ



Возрастная категория с 7-11 лет (1-4 класс)

ООО «Самотлор»

МБОУ СШ №10

2/3

15.11.2023г

1,2смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Огурцы соленые	30	3	
2	Гуляш из свинины	100	273	
3	Макаронные изделия отварные	150	195	
4	Чай с лимоном	207	37	
5	Хлеб пшеничный	25	51	
	<b>Итого за день:</b>			<b>160-00</b>
<b>Обед</b>				
1	Борщ с капустой, картофелем, сметаной, говядиной, зеленью	200/5/10/1	103	
2	Биточки полтавские с соусом томатным	90/30	190/23	
3	Гречка отварная рассыпчатая	150	211	
4	Напиток брусничный	200	101	
5	Хлеб дарницкий/батон пшеничный с отрубями	15/15	32/9	
	<b>Итого за день:</b>			<b>167-00</b>
<b>Полдник</b>				
1	Булочка с шоколадной начинкой	60	225	
2	Компот из вишни	200	91	
	<b>Итого за день:</b>			<b>45-00</b>
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Огурцы соленые	30	3	
2	Гуляш из свинины	100	273	
3	Макаронные изделия отварные	150	195	
4	Чай с лимоном	207	37	
5	Хлеб пшеничный	25	51	
6				
<b>2 прием пищи</b>				
1	Кукуруза консервированная	60	40	
2	Борщ с капустой, картофелем, сметаной, говядиной, зеленью	200/5/10/1	103	
3	Биточки полтавские с соусом томатным	90/30	190/23	
4	Гречка отварная рассыпчатая	150	211	
5	Напиток брусничный	200	101	
6	Хлеб дарницкий/пшеничный	40/15	85/30	
7	Вафли	20	69	
	<b>Итого за день:</b>			<b>398-00</b>

Директор



Заведующая столовой

*Евгения*



# МЕНЮ



Возрастная категория с 7-11 лет (1-4 класс)  
ООО «Самотлор»

Подпись

МБОУ СПШ №10

2/4

16.11.2023г

1,2смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
Горячее питание				
1	Огурцы соленые порциями	30	3	
2	Зразы из куриной грудки с сыром	90	174	
3	Рис отварной	150	192	
4	Фрукты	120	40	
5	Кофейный напиток на молоке	200	84	
6	Батон нарезной	45	28	
Итого за день:				160-00
Обед				
1	Суп гороховый с зеленью и грудкой куриной	250/1/10	127/13	
2	Пельмени со сметаной и маслом сливочным	200/10/5	391/13/27	
3	Напиток из сухофруктов	200	96	
4	Батон пшеничный с отрубями	45	28	
5	Хлеб дарницкий	20	42	
Итого за день:				167-00
Полдник				
1	Булочка сахарная	50	152	
2	Йогурт молочный питьевой	150	102	
Итого за день:				45-00
Двухразовое питание для льготной категории				
1 прием пищи				
1	Огурцы соленые порциями	30	3	
2	Зразы из куриной грудки с сыром	90	174	
3	Рис отварной	150	192	
4	Фрукты	120	40	
5	Батон нарезной	45	28	
6	Кофейный напиток на молоке	200	84	
2 прием пищи				
1	Салат из квашенной капусты	60	41	
2	Суп гороховый с зеленью и грудкой куриной	200/1/10	102/13	
3	Пельмени со сметаной и маслом сливочным	200/10/5	391/13/27	
4	Напиток из сухофруктов	200	96	
5	Батон пшеничный с отрубями	50	32	
6	Печенье	30	99	
7				
Итого за день:				398-00

Директор



Заведующая столовой

*Е.М.Клевер*



# МЕНЮ



Возрастная категория с 7-11 лет (1-4 класс)  
ООО «Самотлор»

МБОУ СПШ №10

2/5

17.11.2023г

1,2смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Пудинг из творога запеченный с молоком сгущенным	150/30	282/67	
2	Чай с сахаром	200	36	
3	Батон нарезной	40	25	
4	Фрукты (груша)	180	78	
5				
6				
	<b>Итого за день:</b>			<b>160-00</b>
<b>Обед</b>				
1	Рассольник ленинградский с перловкой, зеленью, говядиной и сметаной	200/1/10/5	94/29/7	
2	Рагу из индейки	200	357	
3	Напиток из кураги	200	96	
4	Хлеб дарницкий/батон пшеничный с отрубями	45/45	95/28	
	<b>Итого за день:</b>			<b>167-00</b>
<b>Полдник</b>				
1	Ватрушка королевская	60	144	
2	Чай с сахаром	200	36	
	<b>Итого за день:</b>			<b>45-00</b>
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Пудинг из творога запеченный с молоком сгущенным	150/30	282/67	
2	Чай с сахаром	200	36	
3	Батон нарезной	40	25	
4	Фрукты (груша)	180	78	
5				
6				
<b>2 прием пищи</b>				
1	Рассольник ленинградский с перловкой, зеленью, говядиной и сметаной	200/1/10/5	94/29/7	
2	Рагу из индейки	200	357	
3	Напиток из кураги	200	96	
4	Хлеб дарницкий/батон пшеничный с отрубями	20/25	42/16	
5	Сырная палочка	40	210	
	<b>Итого за день:</b>			<b>398-00</b>

Директор

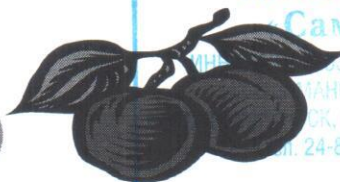


Заведующая столовой

*Сидорова*



# МЕНЮ



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

«Самотлор» 5

ИНН 1908000948496

ФИЛИАЛ ОБЩЕСТВА С ОГРАНИЧЕННОЙ

ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «САМОТЛОРА»

С/К, ул. МАРШАЛА ЖУКОВА, д.

т. 24-88-74, 24-79-86

Подпись

Возрастная категория с 12 лет и старше (5-11 класс)  
ООО «Самотлор»

МБОУ СШ №10

2/1

13.11.2023г

1смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Кукуруза консервированная	60	40	
2	Плов из говядины	210	357	
3	Чай с лимоном	207	37	
4	Батон нарезной	40	25	
5	Булочка домашняя	50	183	
	<b>Итого</b>			<b>158-28</b>
<b>Обед</b>				
1	Уха ростовская с зеленью (форель)	250	145	
2	Котлеты домашние/ соус красный	100/30	253/16	
3	Спагетти отварные	200	259	
4	Напиток из вишни с/м	200	103	
5	Хлеб дарницкий, батон пшеничный с отрубями	35/20	67/13	
	<b>Итого за день:</b>			<b>180-00</b>
<b>Дополнительное питание</b>				
1	Булочка Домашняя	80	293	
2	Какао с молоком натуральным	200	98	
	<b>Итого за день:</b>			<b>48-28</b>
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Каша Дружба с маслом	250	279	
2	Горячий шоколад с молоком	200	104	
3	Сыр порциями	20	63	
4	Батон нарезной	25	16	
5	Фрукты (груша)	180	76	
6				
<b>2 прием пищи</b>				
1	Огурцы соленые	60	6	
2	Уха ростовская с зеленью (форель)	250	145	
3	Котлеты домашние/ соус красный	100/30	253/16	
4	Спагетти отварные	180	234	
5	Напиток из вишни с/м	200	103	
6	Хлеб дарницкий/пшеничный	20/30	39/61	
7				
	<b>Итого за день:</b>			<b>398-00</b>

Директор

Заведующая столовой



*Евгений*

# МЕНЮ



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

«Самотлор» 5

ИНН 1028600948496

ДАРИЦКИЙ АО-ЮГРА

ул. МАРШАЛА ЖУКСВА, д.

4-88-74, 24-79-86

Возрастная категория с 12 лет и старше (5-11 класс)

ООО «Самотлор»

МБОУ СШ №10

2/1

13.11.2023г

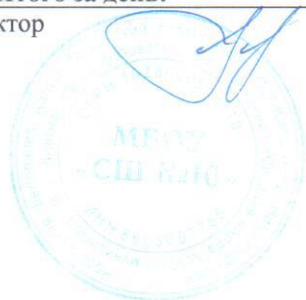
2 смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Кукуруза консервированная	60	40	
2	Плов из говядины	210	357	
3	Чай с лимоном	207	37	
4	Батон нарезной	40	25	
5	Булочка домашняя	50	183	
	<b>Итого</b>			<b>158-28</b>
<b>Обед</b>				
1	Уха ростовская с зеленью (форель)	250	145	
2	Котлеты домашние/ соус красный	100/30	253/16	
3	Спагетти отварные	200	259	
4	Напиток из вишни с/м	200	103	
5	Хлеб дарницкий, батон пшеничный с отрубями	35/20	67/13	
6				
				<b>180-00</b>
<b>Дополнительное питание</b>				
1	Булочка Домашняя	80	293	
2	Какао с молоком натуральным	200	98	
				<b>48-28</b>
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
	Плов из говядины	250	398	
	Чай с лимоном	207	37	
	Батон нарезной	25	16	
	Фрукты (груша)	200	87	
<b>2 прием пищи</b>				
1	Огурцы соленые	60	6	
2	Уха ростовская с зеленью (форель)	250	145	
3	Котлеты домашние/ соус красный	100/30	253/16	
4	Спагетти отварные	180	234	
5	Напиток из вишни с/м	200	103	
6	Хлеб дарницкий/пшеничный	20/30	39/61	
7				
	<b>Итого за день:</b>			<b>398-00</b>

Директор

Заведующая столовой

*Евгения*





# МЕНЮ



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

«Самотлор» 6

ИНН 660303 ОГРН 1026600948406

МАНСИЙСКИЙ АО-ЮГРА

С/О, ул. МАРШАЛА ЖУКОВА, д.

тел. 24-88-74, 24-79-86

Возрастная категория с 12 лет и старше (5-11класс) Подпись

ООО «Самотлор»

МБОУ СШ №10

2/2

14.11.2023г

1,2смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Огурцы соленые	60	6	
2	Тефтели мясные с хлебом	110	208	
3	Пюре картофельное	180	150	
4	Чай с сахаром	200	36	
6	Хлеб пшеничный	45	91	
7	Конвертик с сыром	60	188	
<b>Итого за день:</b>				<b>158-28</b>
<b>Обед</b>				
1	Суп картофельный с колбасой и зеленью	250/1	141	
2	Говядина по строгановски	100	230	
3	Рис отварной	200	256	
4	Напиток апельсиновый	200	52	
5	Батон пшеничный с отрубями/хлеб дарницкий	35/35	22/74	
<b>Итого за день:</b>				<b>180-00</b>
<b>Дополнительное питание</b>				
1	Слойка с молоком сгущенным	60	215	
2	Чай с сахаром	200	36	
<b>Итого за день:</b>				<b>48-28</b>
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Тефтели мясные с хлебом	110	208	
2	Пюре картофельное	200	166	
3	Чай с сахаром	200	36	
4	Хлеб пшеничный	50	101	
5	Йогурт	90	64	
<b>2 прием пищи</b>				
1	Салат из свеклы с яблоками	60	44	
2	Суп картофельный с колбасой и зеленью	250/1	141	
3	Говядина по строгановски	100	230	
4	Рис отварной	180	231	
5	Напиток апельсиновый	200	52	
6	Хлеб пшеничный/дарницкий	35/25	71/53	
7	Фрукты (яблоки)	170	72	
<b>Итого за день:</b>				<b>398-00</b>

Директор

Заведующая столовой







# МЕНЮ



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

«Самотлор»

ИНН 1028000948-00

ОГРН 1028000948-00

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

ул. МАРШАЛА ЖУКОВА, д. 1

т. 24-88-74, 24-79-86

Подпись

Возрастная категория с 12 лет и старше (5-11 класс)  
ООО «Самотлор»

МБОУ СШ №10

2/3

15.11.2023г

1,2смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
	Гуляш из свинины	100	273	
	Макаронные изделия отварные	180	234	
	Напиток из черной смородины	200	56	
	Батон нарезной	30	19	
	Плюшка Новомосковская	50	211	
	<b>Итого за день:</b>			<b>158-28</b>
<b>Обед</b>				
1	Борщ с капустой, картофелем, сметаной, говядиной, зеленью	250/5/10/1	84/7/29	
2	Биточки полтавские с соусом томатным	100/30	211/23	
3	Гречка отварная рассыпчатая	180	254	
4	Напиток брусничный	200	101	
5	Хлеб дарницкий/батон пшеничный с отрубями	25/20	53/13	
	<b>Итого за день:</b>			<b>180-00</b>
<b>Дополнительное питание</b>				
1	Плюшка Новомосковская	80	337	
2	Напиток из черной смородины с/м	200	56	
	<b>Итого за день:</b>			<b>48-28</b>
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Огурцы соленые	60	6	
2	Гуляш из свинины	100	273	
3	Макаронные изделия отварные	180	234	
4	Чай с лимоном	207	37	
5	Хлеб пшеничный	25	51	
<b>2 прием пищи</b>				
1	Кукуруза консервированная	60	40	
2	Борщ с капустой, картофелем, сметаной, говядиной, зеленью	250/5/1/10	84/7/29	
3	Биточки полтавские с соусом томатным	100/30	211/23	
4	Гречка отварная рассыпчатая	180	254	
5	Напиток брусничный	200	101	
6	Хлеб дарницкий/пшеничный	40/20	85/41	
7	Вафли	20	69	
	<b>Итого за день:</b>			<b>398-00</b>

Директор

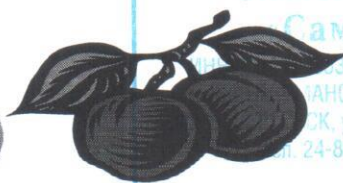


Заведующая столовой

*Селищева*



# МЕНЮ



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

«Самотлор»

ИНН 10-08-00948400  
АНСКИЙ АО-ЮГРА  
СК, ул. МАРШАЛА ЖУКОВА, д.  
т. 24-88-74, 24-79-08

Подпись

Возрастная категория с 12 лет и старше (5-11 класс)  
ООО «Самотлор»

МБОУ СП №10

2/4

16.11.2023г

1,2смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Зразы из куриной грудки с сыром	100	193	
2	Рис отварной	180	231	
3	Чай с лимоном	207	37	
4	Батон нарезной	25	16	
5	Сырная палочка	40	210	
Итого за день:				158-28
<b>Обед</b>				
1	Суп гороховый с зеленью и грудкой	250/1/10	127/13	
2	Пельмени отварные со сметаной и маслом сливочным	250/10/5	489/13/27	
3	Напиток из сухофруктов	200	96	
4	Хлеб дарницкий/батон пшеничный с отрубями	30/45	63/28	
Итого за день:				180-00
<b>Дополнительное питание</b>				
1	Булочка с шоколадной начинкой	100	374	
2	Чай с лимоном	207	35	
Итого за день:				48-28
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Огурцы соленые	60	6	
2	Зразы из куриной грудки с сыром	100	193	
3	Рис отварной	180	231	
4	Кофейный напиток на молоке	200	84	
5	Фрукты (мандарины)	120	40	
6	Хлеб пшеничный	25	51	
<b>2 прием пищи</b>				
1	Салат из квашенной капусты	60	41	
2	Суп гороховый с зеленью и грудкой	250/1/10	127/13	
3	Пельмени отварные со сметаной и маслом сливочным	250/10/5	489/13/27	
4	Напиток из сухофруктов	200	96	
5	батон пшеничный с отрубями	50	32	
6	Печенье	30	99	
7				
Итого за день:				398-00

Директор



Заведующая столовой

*Емелья*

# МЕНЮ

Возрастная категория с 12 лет и старше (5-11 класс)  
 ООО «Самотлор»

МБОУ СШ №10



2/5

17.11.2023г

1,2смена

№	Наименование блюда	Выход, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость
<b>Горячее питание</b>				
1	Пудинг из творога запеченый с молоком сгущенным	160/20	301/46	
2	Чай с сахаром	200	36	
3	Пицца с колбасой вареной и томатом	70	199	
4	Фрукты (яблоки)	150	63	
5				
6				
Итого за день:				158-28
<b>Обед</b>				
1	Рассольник ленинградский с перловкой, зеленью, говядиной и сметаной	250/1/10	154	
2	Рагу из индейки	250	405	
3	Напиток из сухофруктов(курага)	200	96	
4	Хлеб дарницкий/ батон пшеничный с отрубями	45/45	95/28	
Итого за день:				180-00
<b>Дополнительное питание</b>				
1	Сырная палочка	60	315	
2	Напиток клюквенный	200	81	
Итого за день:				48-28
<b>Двухразовое питание для льготной категории</b>				
<b>1 прием пищи</b>				
1	Пудинг из творога запеченый с молоком сгущенным	180/30	339/73	
2	Чай с сахаром	200	36	
3	Батон нарезной	40	25	
4	Фрукты (груша)	180	78	
5				
6				
<b>2 прием пищи</b>				
1	Рассольник ленинградский с перловкой, зеленью, говядиной, сметаной	250/1/10/5	118/29/7	
2	Рагу из индейки	250	405	
3	Напиток из сухофруктов(курага)	200	96	
4	Хлеб дарницкий/пшеничный	40/50	101	
5				
Итого за день:				398-00

Директор



Заведующая столовой

*Евсеева*