Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

_____Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 24.01.2023

МБУ "Гимназия № 35"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	6687	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	170	28,80	2,55	0,85	35,70	160,65
284/96	1748	Омлет натуральный Соль йодированная 1 / Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное	105	27,00	11,07	13,88	2,04	177,36
ТТК	13514	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
ПП	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
		Итого:	**515**	**67,80**	**16,76**	**15,94**	**71,25**	**495,50**
		Итого ХЕ:			**5,94**			

Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	12214	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	105	17,86	1,58	0,53	22,05	99,29
284/96	18576	Омлет натуральный Омлетная смесь: (Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Молоко) / Масло растительное	200	51,00	23,11	29,87	4,13	377,73
ТТК	13514	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34
		Итого:	**525**	**78,86**	**26,33**	**31,03**	**49,41**	**582,17**
		Итого ХЕ:			**4,12**			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	15220	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	55	6,94	0,22	0,22	5,39	24,42
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	47,00	10,41	21,54	40,10	395,90
ТТК	8540	Чай с шиповником Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Шиповник / Сахар песок / Вода	200	9,00	0,24	0,10	18,35	75,26
614/2012	13439	Булочка Ароматная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Корица молотая / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное	50	11,00	4,56	5,19	33,24	197,91
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,00	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
		Итого:	**745**	**94,94**	**21,45**	**31,72**	**135,27**	**912,36**
		Итого ХЕ:			**11,27**			

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,40	0,16	0,02	0,34	2,18
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	47,00	10,41	21,54	40,10	395,90
ТТК	8540	Чай с шиповником Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Шиповник / Сахар песок / Вода	200	9,00	0,24	0,10	18,35	75,26
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
		Итого:	**650**	**79,40**	**16,16**	**26,25**	**92,06**	**669,13**
		Итого ХЕ:			**7,67**			

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,40	0,16	0,02	0,34	2,18
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	47,00	10,41	21,54	40,10	395,90
ТТК	8540	Чай с шиповником Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Шиповник / Сахар песок / Вода	200	9,00	0,24	0,10	18,35	75,26
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
		Итого:	**650**	**79,40**	**16,16**	**26,25**	**92,06**	**669,13**
		Итого ХЕ:			**7,67**			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
		Холодные блюда					
ТТК	18501	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	95	0,86	0,19	7,70	35,91
	10987	Салат из свежих фруктов (яблоко,банан) Яблоко свежее / Бананы свежие / Сахар песок	50	0,59	0,26	19,23	81,62
59/97	6776	Салат картофельный с солёными огурцами Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Соус для школьного питания	50	0,91	5,13	4,85	69,21
ТТК	10838	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой: (Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная 1)	60	1,19	2,42	6,49	52,50
		Первые блюда					
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26
		Вторые блюда					
ТТК	17928	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Масло растительное / Котлета натур.куриная на косточке	75	18,86	22,29	0,23	276,97
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное	40/40	9,12	23,78	3,78	265,60
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	8,64	6,74	7,80	126,42
		Гарниры и соусы					
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная 1	150	16,83	4,79	35,18	251,15
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
		Третьи блюда					
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55
		Мучные изделия					
ТТК	13487	Булочка Загадка Булочка Загадка (мак): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Мак / Масло растительное)	30	2,87	1,21	19,72	101,25
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Вода	30	2,55	1,91	18,77	102,47
		Хлеб					
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	0,70	0,11	4,33	21,11
ттк	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	0,68	0,13	3,98	19,81
		Итого:	**100,00**				

Зав.производством Котельникова О. А.

Ответственный за питание _____/_____/

СанПиН 2.3.6.1079-01-20

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЗАО КШП "Дружба" _____ / Солоднева Т.В.

Россия, 445038, Самарская обл., г.Тольятти, ул.Северная, 35