



МЕНЮ

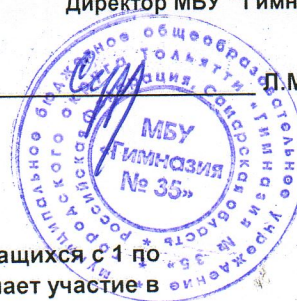
на 09.09.2026

МБУ "Гимназия № 35"

Согласовано:

Директор МБУ "Гимназия № 35"

П.М. Сураева



Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОБЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	20327	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 57гр.ТМ / Молоко сгущенное / Масло растительное	50/10	14,01	9,50	8,55	175,74
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	15	1,65	3,00		33,60

Итого: 530 26,79 20,55 68,87 567,59

Итого ХЕ: 5,74

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 350 21,88 8,26 46,04 345,99

Итого ХЕ: 3,84

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Таб.№24/96	12776	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	70	1,05	0,35	14,70	66,15

Итого: 430 23,69 8,69 65,66 435,58

Итого ХЕ: 5,47

Стоимость рациона: 95,46 руб.

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35

ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Таб.№24/96	12776	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	70	1,05	0,35	14,70	66,15

Итого: 430 23,69 8,69 65,66 435,58

Итого ХЕ: 5,47

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Таб.№24/96	12776	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	70	1,05	0,35	14,70	66,15

Итого: 430 23,69 8,69 65,66 435,58

Итого ХЕ: 5,47

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	0,21	0,03	0,58	3,43
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Вода / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,56	392,00
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32

Итого: 610 14,65 20,29 80,18 630,61

Итого ХЕ: 6,68

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	6114	Огурец свежий Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Вода / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,56	392,00
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
№627/13	13477	Булочка с повидлом Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	4,27	2,87	33,25	175,91
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76

Итого: 700 19,90 23,27 118,93 833,43

Итого ХЕ: 9,91

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	6114	Огурец свежий Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Вода / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,56	392,00
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
№627/13	13477	Булочка с повидлом Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	4,27	2,87	33,25	175,91
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Таб.№24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	0,36	0,36	10,17	45,36

Итого: 790 20,26 23,63 129,10 878,79

Итого ХЕ: 10,76

Стоимость рациона: 133,65 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	6114	Огурец свежий Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Вода / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,56	392,00
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
№627/13	13477	Булочка с повидлом Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	4,27	2,87	33,25	175,91
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Таб.№24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	0,36	0,36	10,17	45,36

Итого: 790 20,26 23,63 129,10 878,79

Итого ХЕ: 10,76

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	6114	Огурец свежий Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Вода / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,56	392,00
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
№627/13	13477	Булочка с повидлом Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	4,27	2,87	33,25	175,91
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76

Итого: 700 19,90 23,27 118,93 833,43

Итого ХЕ: 9,91

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

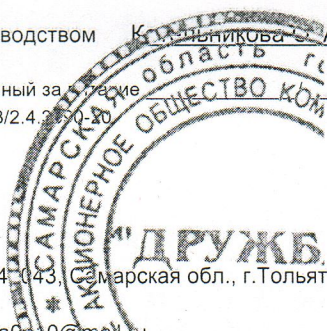
Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
Таб.24/96	6673	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	85	1,28	0,43	17,85	80,39
таб.24/96	18862	Салат Осенний (арбуз,дыня) Арбуз св. / Дыня св.	100	1,09	0,27	11,26	51,86
49/2013	9078	Салат "Ароматный" Салат "Ароматный": (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф / Лимонная кислота)	90	1,15	9,00	3,09	97,96
60/81	10818	Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский св. / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная	60	0,71	3,06	3,32	43,66
29/96	2110	Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла п/ф / Сыр / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Чеснок	50	2,71	7,39	4,38	94,87
Первые блюда							
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Вода / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
Вторые блюда							
ТТК	20408	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Молоко сгущенное / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	150/20	5,93	14,95	50,11	358,70
401/96	18931	Гуляш из цыплят в томатном соусе Котлетное мясо птицы / Вода / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Сахар песок	40/40	10,88	8,89	2,65	134,11
ТТК	20847	Котлета рубленая (фарш мясной,хлеб) Фарш мясной категории Б / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	60	8,05	16,51	9,47	218,69
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Спагетти мясное без оболочки	60	8,06	10,54	1,86	134,54
Гарниры и соусы							
111/07 ДеЛи принт	14066	Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	100	2,28	2,38	17,78	101,66
511/3/04	18747	Рис отварной Рис отварной: (Рис / Масло растительное / Соль йодированная)	180	4,54	8,74	47,95	288,61
469/96	18417	Макароны отварные Макароны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
Третьи блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Хлеб							
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
Мучные изделия							
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	4,77	2,02	32,87	168,74

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производством К.Мельникова А.

Ответственный за качество

СанПин 2.3/2.4.2.550-10



Россия, 44-043, Самарская обл., г.Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru