



Согласовано:  
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

## МЕНЮ

на 16.02.2024

МБУ "Гимназия № 35"

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	9,58	0,36	0,36	10,17	45,36
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	32,00	5,20	14,80	5,20	174,80
460/2013 Самар. обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	14,00	3,72	5,51	37,12	212,90
№762/97;692/04	3524	Кофейный напиток с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / Кофейный напиток	200	16,00	3,39	2,95	23,13	132,63
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34
<b>Итого:</b>			510	74,58	14,17	24,20	85,90	618,03
<b>Итого ХЕ:</b>					7,16			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	9,75	0,36	0,36	10,17	45,36
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	32,00	5,20	14,80	5,20	174,80
460/2013 Самар. обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	14,00	3,72	5,51	37,12	212,90
№762/97;692/04	3524	Кофейный напиток с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / Кофейный напиток	200	16,00	3,39	2,95	23,13	132,63
ТТК	19325	Булочка фруктовая 30г. Булочка фруктовая 30г.	30	10,00	1,23	0,65	10,76	53,82
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	5,00	2,63	1,02	17,99	91,60
<b>Итого:</b>			555	86,75	16,52	25,28	104,37	711,10
<b>Итого ХЕ:</b>					8,70			

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	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свежая п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	18,00	1,66	4,06	11,02	87,26
430/96	2393	Запеканка картофельная с мясом Картофель(очищенный) / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	121	53,00	10,71	9,32	21,78	213,84
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	5,60	0,06	0,06	13,38	54,30
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
<b>Итого:</b>			576	82,60	15,04	13,85	61,68	431,47
<b>Итого ХЕ:</b>					5,14			

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	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свежая п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	18,00	1,66	4,06	11,02	87,26
430/96	2393	Запеканка картофельная с мясом Картофель(очищенный) / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	121	53,00	10,71	9,32	21,78	213,84
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	5,60	0,06	0,06	13,38	54,30
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
<b>Итого:</b>			576	82,60	15,04	13,85	61,68	431,47
<b>Итого ХЕ:</b>					5,14			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	8,00	0,28	0,28	7,91	35,28
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	18,00	1,66	4,06	11,02	87,26
430/96	8719	Запеканка картофельная с говядиной (мясо птицы,гов.) Картофель п/ф / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	150	65,00	13,21	11,16	26,59	259,64
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	200	11,46	0,18	0,18	28,36	115,79
ТТК	19330	Пирожок с ябл.начинкой Пирожок с ябл.начинкой	30	13,00	1,71	1,62	13,11	73,86
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	3,00	2,04	0,39	11,94	59,43
Итого:			715	121,46	21,53	18,08	114,09	705,14
Итого ХЕ:					9,51			

обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс(ОВЗ), 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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	8,00	0,28	0,28	7,91	35,28
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	18,00	1,66	4,06	11,02	87,26
430/96	8719	Запеканка картофельная с говядиной (мясо птицы,гов.) Картофель п/ф / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	150	65,00	13,21	11,16	26,59	259,64
628/96,685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	4,43	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	15109	Печенье Сахарное 1шт Печенье сахарное	20	3,00	1,60	1,80	15,60	85,00
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	3,00	2,04	0,39	11,94	59,43
Итого:			705	104,43	22,24	18,33	103,19	666,67
Итого ХЕ:					8,60			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
Таб.№24/96	10417	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	85	0,68	0,17	6,38	29,77
ТТК	2568	Салат из свежих фруктов (яблоко,банан) Бананы свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,74	0,32	21,53	91,96
№203/96	8753	Тыква отварная с сахаром Тыква / Сахар песок / Соль йодированная	50/2,5	0,86	0,09	6,28	29,37
ТТК	19135	Салат Сельдь под шубой Салат Сельдь под шубой: (Яйцо свежее / Сельдь соленая / Соус в ассортименте / Свекла п/ф / Картофель(очищенный) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф)	60	5,06	10,48	4,24	131,51
Сб.рец. Москва 2022г	20031	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лепешка Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	50	0,09	2,76	0,30	26,34
<b>Первые блюда</b>							
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,66	4,06	11,02	87,26
<b>Вторые блюда</b>							
430/96	8719	Запеканка картофельная с говядиной (мясо птицы,гов.) Картофель п/ф / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	150	13,21	11,16	26,59	259,64
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
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
309/96 акт 29.11.18	17287	Рыба горбуша тушеная с овощами СМ/Р Горбуша ПБГ / Морковь свежая п/ф / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Кислота уксусная / Лавровый лист	50/50	2,22	5,85	4,58	79,87
<b>Гарниры и соусы</b>							
480/2013 Самар обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,48	3,61	24,74	141,37

469/96:516/3/04	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
<b>Третьи блюда</b>							
628/96:685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	19330	Пирожок с ябл.начинкой Пирожок с ябл.начинкой	30	1,71	1,62	13,11	73,86
ТТК	19326	Крендель с сахаром 30г. Крендель с сахаром 30г.	30	2,37	3,57	18,53	115,73

Итого: 130,00

Зав.производство: Котельникова О. А.

Ответственный: [подпись]  
СанПин 2.3/2.4.869/030



Россия, 445043, Самарская область, г.Сызрань, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru