



МЕНЮ

на 19.10.2023

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 | 1043 | Помидор свежий Помидор свежий | 40 | 9,80 | 0,45 | 0,08 | 1,55 | 8,72 |
| | 19967 | Гуляш из филе куриного в молочном соусе Гуляш из филе куриного в молочном соусе: (Котлетное мясо птицы / Соус молочный: (Молоко / Вода / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное / Соль йодированная) | 30/30 | 38,00 | 7,91 | 8,02 | 2,35 | 113,24 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронные изделия Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 9,00 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| пп | 13285 | Батон в ассортименте Батон | 50 | 6,00 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 130,85 |
| Итого: | | | 500 | 67,80 | 18,76 | 14,10 | 80,59 | 524,27 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,72 | | | |

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых относится к категории лиц, принимающих участие в специальной военной операции

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 1043 | Помидор свежий Помидор свежий | 40 | 9,86 | 0,45 | 0,08 | 1,55 | 8,72 |
| | 19967 | Гуляш из филе куриного в молочном соусе Гуляш из филе куриного в молочном соусе: (Котлетное мясо птицы / Соус молочный: (Молоко / Вода / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное / Соль йодированная) | 30/30 | 38,00 | 7,91 | 8,02 | 2,35 | 113,24 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронные изделия Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 9,00 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| пп | 13285 | Батон в ассортименте Батон | 50 | 6,00 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 130,85 |
| ТТК | 1202 | Булочка Десертная (повидло) Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 11,00 | 3,90 | 3,72 | 32,17 | 177,76 |
| Итого: | | | 550 | 78,86 | 22,66 | 17,82 | 112,76 | 702,03 |
| Итого ХЕ: | | | | | 9,40 | | | |

Витаминизация

(Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс), Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых относится к категории лиц, принимающих участие в специальной военной операции)

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|--------------|------------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 11152 | Десерт фруктовый (груша) Груша свежая | 60 | 18,01 | 0,24 | 0,18 | 6,18 | 27,30 |
| Итого: | | | 60 | 18,01 | 0,24 | 0,18 | 6,18 | 27,30 |
| Итого ХЕ: | | | | | 0,52 | | | |

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 1043 | Помидор свежий Помидор свежий | 40 | 7,94 | 0,45 | 0,08 | 1,55 | 8,72 |
| 132/96 | 15261 | Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 18,00 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
| 416/96 | 19914 | Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 34,00 | 1,72 | 2,39 | 7,27 | 57,47 |
| 317,529/97 | 1702 | Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 12,00 | 16,83 | 4,79 | 35,18 | 251,15 |
| 646/96;699/200 4 | 267 | Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 11,00 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 98,46 |
| | 13251 | Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное | 75 | 8,00 | 6,36 | 4,73 | 46,73 | 254,93 |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,00 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 1561 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |
| Итого: | | | 765 | 94,94 | 37,89 | 22,10 | 146,88 | 937,98 |
| Итого ХЕ: | | | | | 12,24 | | | |

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 | 6261 | Огурец свежий Огурец свежий | 20 | 3,40 | 0,14 | 0,02 | 0,39 | 2,30 |
| 132/96 | 15261 | Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 18,00 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
| 416/96 | 19914 | Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 34,00 | 1,72 | 2,39 | 7,27 | 57,47 |
| 317,529/97 | 1702 | Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 12,00 | 16,83 | 4,79 | 35,18 | 251,15 |
| 646/96;699/200 4 | 267 | Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 11,00 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 98,46 |
| ТТК | 18152 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 10 | 1,00 | 0,79 | 0,10 | 4,83 | 23,38 |
| Итого: | | | 630 | 79,40 | 28,32 | 16,88 | 81,57 | 591,48 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,80 | | | |

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

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 6261 | Огурец свежий Огурец свежий | 20 | 3,40 | 0,14 | 0,02 | 0,39 | 2,30 |
| 132/96 | 15261 | Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 18,00 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
| 416/96 | 19914 | Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 34,00 | 1,72 | 2,39 | 7,27 | 57,47 |
| 317,529/97 | 1702 | Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 12,00 | 16,83 | 4,79 | 35,18 | 251,15 |
| 646/96;699/200 4 | 267 | Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 11,00 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 98,46 |
| ТТК | 18152 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 10 | 1,00 | 0,79 | 0,10 | 4,83 | 23,38 |
| Итого: | | | 630 | 79,40 | 28,32 | 16,88 | 81,57 | 591,48 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,80 | | | |

Витаминация

(Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс), Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых относится к категории лиц, принимающих участие в специальной военной операции)

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|--------------|------------------|-------------|-------------|--------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 11152 | Десерт фруктовый (груша) Груша свежая | 60 | 18,01 | 0,24 | 0,18 | 6,18 | 27,30 |
| Итого: | | | 60 | 18,01 | 0,24 | 0,18 | 6,18 | 27,30 |
| Итого ХЕ: | | | | | 0,52 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|-----------------------|-----------|---|-------|------------------|------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| Таб.№24/96 | 7092 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 90 | 0,72 | 0,18 | 6,75 | 31,50 |
| ТАБ №24/96 | 5167 | Виноград свежий Виноград свежий | 80 | 0,50 | 0,50 | 12,81 | 57,74 |
| | 11843 | Салат из свежих фруктов (яблоко,груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок | 60 | 0,23 | 0,20 | 15,63 | 65,24 |
| ТТК | 19761 | Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное | 20/25 | 2,10 | 1,13 | 12,85 | 69,99 |
| 60/96 | 6885 | Винегрет овощной Винегрет овощной : (Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) | 80 | 1,30 | 8,03 | 6,70 | 104,27 |
| ТТК | 10838 | Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой: (Капуста свежая п/ф очищ. / Кукуруза консервированная / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота) | 60 | 1,19 | 2,42 | 6,49 | 52,50 |

Первые блюда

| | | | | | | | |
|--------|-------|---|-----|------|------|------|--------|
| 132/96 | 15261 | Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
|--------|-------|---|-----|------|------|------|--------|

Вторые блюда

| | | | | | | | |
|--------|-------|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК | 19743 | Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс. | 50 | 7,04 | 19,80 | 0,19 | 207,12 |
| 416/96 | 17305 | Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая: (Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) | 75 | 9,81 | 20,18 | 11,70 | 267,62 |
| 401/96 | 11664 | Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная | 40/40 | 12,20 | 14,10 | 2,54 | 185,86 |
| 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 | 10,71 | 9,32 | 21,78 | 213,84 |

Гарниры и соусы

| | | | | | | | |
|--------|-------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 469/96 | 15763 | Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
|--------|-------|--|-----|------|------|-------|--------|

| | | | | | | | |
|------------------------|-------|---|-----|------|------|-------|--------|
| 460/2013 Самар.обл. | 6069 | Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 3,72 | 5,51 | 37,12 | 212,90 |
| Третьи блюда | | | | | | | |
| 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 |
| 697/97 | 7820 | Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 0,26 | 0,11 | 25,88 | 105,55 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| ТТК | 7604 | Булочка Десертная (повидло) Булочка Десертная (повидло): (Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная) | 40 | 3,12 | 2,98 | 25,74 | 142,26 |
| ТТК | 13441 | Витушка с маком Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное | 50 | 4,70 | 3,10 | 31,54 | 172,86 |
| ТТК | 2316 | Рожок обсыпной Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 4,04 | 3,38 | 29,56 | 164,82 |
| Хлеб | | | | | | | |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 1561 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 25 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |

Итого: 130,00

Зав.производство Котельникова О. А.

Ответственный за качество
СанПиН 2.3/2.6596.20



Россия, 445043, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru