



Согласовано:  
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

## МЕНЮ

на 01.04.2023

МБУ "Гимназия № 35"

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       | 8997      | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее   | 165        | 18,00        | 0,66             | 0,66         | 16,17         | 73,26         |
| Таб №25/96       | 13849     | Бутерброд с сыром (батон в асс.)<br>Сыр / Батон  | 20/20      | 21,00        | 6,97             | 6,53         | 12,99         | 138,61        |
| 682/96           | 475       | Оладьи со сгущенным молоком<br>Тесто для оладий: (Мука в/с / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Молоко) / Масло растительное / Молоко сгущенное | 100/20     | 25,00        | 9,74             | 10,03        | 55,55         | 351,43        |
| ТТК              | 19093     | Морс черносмородиновый (концентрат)<br>Концентрат черносмор. / Вода  | 200        | 15,87        |                  |              | 16,50         | 66,00         |
| ТТК №5,13        | 1110      | Сырная палочка<br>Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Сыр / Масло растительное / Яйцо свежее                            | 50         | 17,00        | 6,35             | 4,90         | 24,39         | 167,06        |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>575</b> | <b>96,87</b> | <b>23,72</b>     | <b>22,12</b> | <b>125,60</b> | <b>796,36</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |              | <b>10,47</b>     |              |               |               |

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         |
| 151/96               | 15764     | Суп лапша домашняя на кур. бульоне<br>Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) | 200        | 10,00        | 11,18            | 12,32        | 11,46        | 201,39        |
| 416/96               | 10710     | Котлета рубленая (мясо птицы, говядина)<br>Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Хлеб пшеничный / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1   | 75         | 51,00        | 13,16            | 10,66        | 12,29        | 197,74        |
| 460/2013 Самар. обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное   | 150        | 13,00        | 3,72             | 5,51         | 37,12        | 212,90        |
| 628/96               | 5520      | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок   | 180        | 4,00         | 0,90             | 0,23         | 13,47        | 59,55         |
| ТТК                  | 18450     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 10         | 1,40         | 0,70             | 0,11         | 4,33         | 21,11         |
| <b>Итого:</b>        |           |  | <b>615</b> | <b>79,40</b> | <b>29,65</b>     | <b>28,82</b> | <b>78,67</b> | <b>692,68</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>     |           |  |            |              | <b>6,56</b>      |              |              |               |

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         |
| 151/96               | 15764     | Суп лапша домашняя на кур. бульоне<br>Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) | 200        | 10,00        | 11,18            | 12,32        | 11,46        | 201,39        |
| 416/96               | 10710     | Котлета рубленая (мясо птицы, говядина)<br>Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Хлеб пшеничный / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1   | 75         | 51,00        | 13,16            | 10,66        | 12,29        | 197,74        |
| 460/2013 Самар. обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное   | 150        | 13,00        | 3,72             | 5,51         | 37,12        | 212,90        |
| 628/96               | 5520      | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок   | 180        | 4,00         | 0,90             | 0,23         | 13,47        | 59,55         |
| ТТК                  | 18450     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 10         | 1,40         | 0,70             | 0,11         | 4,33         | 21,11         |
| <b>Итого:</b>        |           |  | <b>615</b> | <b>79,40</b> | <b>29,65</b>     | <b>28,82</b> | <b>78,67</b> | <b>692,68</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>     |           |  |            |              | <b>6,56</b>      |              |              |               |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептур      | Код блюда | Наименование   | Выход     | Пищевая ценность |       |          |        |
|-----------------------|-----------|--|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                       |           |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| <b>Холодные блюда</b> |           |  |           |                  |       |          |        |
| ТТК                   | 17948     | Салат из моркови с сахаром (молодая)<br>Салат из моркови с сахаром (молодая): (Морковь свежая молодая / Сахар песок)   | 50        | 0,06             |       | 5,18     | 21,00  |
|                       | 11843     | Салат из свежих фруктов (яблоко, груша)<br>Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок  | 60        | 0,23             | 0,20  | 15,63    | 65,24  |
| ТТК                   | 15771     | Яйцо под соусом с кукурузой<br>Яйцо свежее / Соус для детей от 3 лет в асс. / Кукуруза консервированная  | 0,5/10/10 | 2,93             | 7,62  | 2,29     | 89,45  |
| ТТК                   | 18462     | Салат из свежей капусты с зел. горошком и луком<br>Капуста свежая молодая / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее   | 50        | 1,55             | 5,13  | 1,69     | 59,12  |
| <b>Первые блюда</b>   |           |  |           |                  |       |          |        |
| 151/96                | 15764     | Суп лапша домашняя на кур. бульоне<br>Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) | 200       | 11,18            | 12,32 | 11,46    | 201,39 |

**Вторые блюда**

|        |       |  |        |       |       |       |        |
|--------|-------|--|--------|-------|-------|-------|--------|
| 682/96 | 2520  | <b>Оладьи со сгущенным молоком</b><br>Масло растительное / Молоко сгущенное / Тесто для оладий: (Мука в/с / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Молоко)  | 150/30 | 14,61 | 15,09 | 83,34 | 527,61 |
| 416/96 | 10710 | <b>Котлета рубленая (мясо птицы, говядина)</b><br>Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Хлеб пшеничный / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1  | 75     | 13,16 | 10,66 | 12,29 | 197,74 |
| 401/96 | 16300 | <b>Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе)</b><br>Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1) | 40/40  | 13,41 | 4,68  | 2,69  | 106,50 |

**Гарниры и соусы**

|                     |      |  |     |      |      |       |        |
|---------------------|------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 460/2013 Самар.обл. | 6069 | <b>Рис отварной с овощами</b><br>Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное  | 150 | 3,72 | 5,51 | 37,12 | 212,90 |
| 215/96              | 8455 | <b>Рагу овощное с соусом томатным</b><br>Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1) / Перец черный молотый / Лавровый лист / Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Капуста свежая п/ф очищ. | 100 | 1,70 | 5,73 | 11,01 | 102,44 |

**Третьи блюда**

|        |      |   |     |      |      |       |       |
|--------|------|---|-----|------|------|-------|-------|
| 628/96 | 5520 | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 180 | 0,90 | 0,23 | 13,47 | 59,55 |
|--------|------|---|-----|------|------|-------|-------|

**Мучные изделия**

|        |       |  |    |      |      |       |        |
|--------|-------|--|----|------|------|-------|--------|
| 107/08 | 6559  | <b>Булочка Ванильная</b><br>Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Сахар песок / Ванилин / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Масло растительное  | 30 | 2,49 | 2,34 | 17,71 | 101,86 |
| ТТК    | 13464 | <b>Булочка сахарная</b><br>Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус для детей от Злет в асс. / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное) | 30 | 2,73 | 1,84 | 20,75 | 110,48 |

**Хлеб**

|     |       |  |    |      |      |       |       |
|-----|-------|--|----|------|------|-------|-------|
| пп  | 17588 | <b>Хлеб Городской</b><br>Хлеб в ассортименте | 25 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| ТТК | 18449 | <b>Хлеб ржаной</b><br>Хлеб ржаной            | 10 | 0,68 | 0,13 | 3,98  | 19,81 |

**Итого: 100,00**

Зав.производства Кустельникова О. А.

Ответственный за качество Команда Школы Тольятти  
СанПин 2.3.1.13.010-20



Россия, 445004 Самарская область, Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru