



МЕНЮ

на 02.03.2023

МБУ "Гимназия № 35"



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

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

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 401/96 | 16524 | Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1 | 30/30 | 31,00 | 10,10 | 2,82 | 2,06 | 74,00 |
| ТТК | 6527 | Рис оригинальный Рис / Морковь свежая п/ф / Томатная паста / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Масло растительное / Соль йодированная 1 | 150 | 17,00 | 4,30 | 6,18 | 41,84 | 240,18 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Чай черный (развесной) / Вода / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода | 200 | 7,80 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| ТТК | 10792 | Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус для школьного питания (майонез) / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное | 50 | 6,00 | 4,55 | 3,06 | 34,59 | 184,10 |
| пп | 13285 | Батон в ассортименте Батон | 50 | 6,00 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 130,85 |
| Итого: | | | 510 | 67,80 | 22,84 | 13,56 | 117,14 | 681,94 |
| Итого ХЕ: | | | | | 9,76 | | | |

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 рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| | 8073 | Огурец солёный Огурцы, соленые | 35 | 6,86 | 0,31 | 0,04 | 0,66 | 4,24 |
| 401/96 | 16524 | Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1 | 30/30 | 31,00 | 10,10 | 2,82 | 2,06 | 74,00 |
| ТТК | 6527 | Рис оригинальный Рис / Морковь свежая п/ф / Томатная паста / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Масло растительное / Соль йодированная 1 | 150 | 17,00 | 4,30 | 6,18 | 41,84 | 240,18 |
| 697/97 | 7820 | Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота | 200 | 12,00 | 0,26 | 0,11 | 25,88 | 105,55 |
| ТТК | 10792 | Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус для школьного питания (майонез) / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное | 50 | 6,00 | 4,55 | 3,06 | 34,59 | 184,10 |
| пп | 13285 | Батон в ассортименте Батон | 50 | 6,00 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 130,85 |
| Итого: | | | 545 | 78,86 | 23,27 | 13,66 | 130,73 | 738,92 |
| Итого ХЕ: | | | | | 10,89 | | | |

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.24/96 | 5224 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 80 | 12,00 | 0,72 | 0,16 | 6,48 | 30,24 |
| 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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф | 200 | 16,00 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| 240/02 | 17305 | Котлета рубленая из окорока запеченая Котлета рубленая из окорока запеченая: (Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода) | 75 | 43,00 | 9,81 | 20,18 | 11,70 | 267,62 |
| 469/96 | 15763 | Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 12,00 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| 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 | 3,94 | 2,04 | 0,39 | 11,94 | 59,43 |
| Итого: | | | 770 | 94,94 | 23,28 | 31,08 | 107,15 | 801,45 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,93 | | | |

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

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф | 200 | 16,00 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| 240/02 | 17305 | Котлета рубленая из окорока запеченая Котлета рубленая из окорока запеченая: (Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода) | 75 | 43,00 | 9,81 | 20,18 | 11,70 | 267,62 |

| | | | | | | | | |
|---------------------|-------|--|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| 469/96 | 15763 | Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 12,00 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
| 628/96.685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,00 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| ТТК | 18449 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 10 | 1,40 | 0,68 | 0,13 | 3,98 | 19,81 |
| Итого: | | | 660 | 79,40 | 20,74 | 30,48 | 89,85 | 716,66 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,49 | | | |

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 |
| 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 |
| 240/02 | 17305 | Котлета рубленая из окорочка запеченая Котлета рубленая из окорочка запеченая; (Свинина окороч Б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода) | 75 | 43,00 | 9,81 | 20,18 | 11,70 | 267,62 |
| 469/96 | 15763 | Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 12,00 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
| 628/96.685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,00 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| ТТК | 18449 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 10 | 1,40 | 0,68 | 0,13 | 3,98 | 19,81 |
| Итого: | | | 660 | 79,40 | 20,74 | 30,48 | 89,85 | 716,66 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,49 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | | |
|------------------------|-----------|--|--------|------------------|-------|----------|--------|--|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | |
| Холодные блюда | | | | | | | | |
| ТТК | 17948 | Салат из моркови с сахаром (молодая) Салат из моркови с сахаром (молодая); (Морковь свежая молодая / Сахар песок) | 50 | 0,06 | | 5,18 | 21,00 | |
| ТТК | 7104 | Салат из свежих фруктов (яблоко, мандарин) Яблоко свежее / Мандарины свежие / Сахар песок | 50 | 0,31 | 0,15 | 14,24 | 59,55 | |
| 59/97 | 6776 | Салат картофельный с солёными огурцами Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы солёные / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Соус для школьного питания (майонез) | 50 | 0,91 | 5,13 | 4,85 | 69,21 | |
| 64/97 | 8925 | Салат из квашенной капусты с зел. луком Капуста квашеная / Лук зелёный / Сахар песок / Масло растительное | 50 | 11,20 | 25,30 | 45,00 | 452,50 | |
| 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 | 6875 | Шашлык из филе цыплят Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус для школьного питания | 40 | 8,07 | 7,11 | 8,00 | 128,27 | |
| 416/96 | 10710 | Котлета рубленая (мясо птицы, говядина) 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 | 12834 | Гуляш из свинины (окороч) 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 | |
| Гарниры и соусы | | | | | | | | |
| 317.529/97 | 1149 | Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная 1 | 100 | 11,30 | 3,32 | 23,61 | 169,52 | |
| 464/96 | 1958 | Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная 1 / Масло сливочное / Вода | 100 | 3,05 | 3,33 | 14,75 | 101,17 | |
| 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 | 12835 | Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом; (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее) | 30 | 2,59 | 0,70 | 16,96 | 84,50 | |
| 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 | |
| Хлеб | | | | | | | | |
| ПП | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 | |
| ТТК | 18449 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 10 | 0,68 | 0,13 | 3,98 | 19,81 | |
| Итого: | | | 100,00 | | | | | |



Степень ответственности
Пин 2 7 7 590-20



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

Россия, 445000, Республика Астанин, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru