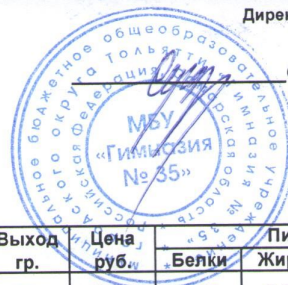




Сураева Л.М.

МЕНЮ
на 05.09.2023



МБУ "Гимназия № 35"

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	1044	Огурец свежий Огурец свежий	35	6,00	0,25	0,04	0,68	4,08
Таб. №24/96	2523	Помидор свежий Помидор свежий	30	6,00	0,34	0,06	1,16	6,54
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
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	15228	Батон в ассортименте Батон	35	4,80	2,63	1,02	17,99	91,60
Итого:			500	67,80	18,51	12,40	78,62	500,10
Итого ХЕ:					6,55			

Завтрак 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	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	4,00	0,18	0,03	0,48	2,91
Таб. №24/96	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	4,00	0,22	0,04	0,78	4,36
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
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	15228	Батон в ассортименте Батон	35	4,80	2,63	1,02	17,99	91,60
Итого:			480	63,80	18,32	12,37	78,04	496,75
Итого ХЕ:					6,50			

Завтрак 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	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	4,00	0,18	0,03	0,48	2,91
Таб. №24/96	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	4,00	0,22	0,04	0,78	4,36
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
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	15228	Батон в ассортименте Батон	35	4,80	2,63	1,02	17,99	91,60
Итого:			480	63,80	18,32	12,37	78,04	496,75
Итого ХЕ:					6,50			

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	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	5,05	0,22	0,04	0,78	4,36
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
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	15228	Батон в ассортименте Батон	35	4,80	2,63	1,02	17,99	91,60
Итого:			455	60,85	18,14	12,34	77,56	493,84
Итого ХЕ:					6,46			

Витаминизация (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	110	18,01	1,65	0,55	23,10	103,95
Итого:			110	18,01	1,65	0,55	23,10	103,95
Итого ХЕ:					1,93			

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	8,94	0,45	0,08	1,55	8,72
119/96	15853	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень) /	200/10	20,00	9,37	12,11	8,26	179,55
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
460/2013 Самар. обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло	150	14,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
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	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Вода	30	3,00	2,55	1,91	18,77	102,47
Итого:			715	94,94	26,31	27,50	97,86	744,21
Итого ХЕ:					8,16			

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
119/96	15853	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень) /	200/10	20,00	9,37	12,11	8,26	179,55
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
460/2013 Самар. обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Соль йодированная 1	100	9,00	2,48	3,61	24,74	141,37
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
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	2,40	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			610	79,40	23,10	23,81	71,13	591,25
Итого ХЕ:					5,93			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
119/96	15853	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень) /	200/10	20,00	9,37	12,11	8,26	179,55
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
460/2013 Самар. обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Соль йодированная 1	100	9,00	2,48	3,61	24,74	141,37
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
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	2,40	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			610	79,40	23,10	23,81	71,13	591,25
Итого ХЕ:					5,93			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (ОВЗ)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	1043	Помидор свежий Помидор свежий	40	8,94	0,45	0,08	1,55	8,72

119/96	15853	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень) /	200/10	20,00	9,37	12,11	8,26	179,55
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	14,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
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	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Вода	30	3,00	2,55	1,91	18,77	102,47
Итого:			715	94,94	26,31	27,50	97,86	744,21
Итого ХЕ:					8,16			

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	17106	Десерт фруктовый (нектарин) Нектарин	50	0,45		5,25	22,80
	10987	Салат из свежих фруктов (яблоко, банан) Яблоко свежее / Бананы свежие / Сахар песок	50	0,59	0,26	19,23	81,62
	9386	Салат из свежих помидоров с луком Салат из свежих помидоров с луком (заправка): (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода))	50	0,57	2,55	2,82	36,51
ТТК	183	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Соус для детей от 3 лет в асс. / Горошек зеленый консервированный	0,5/10/10	3,30	9,03	1,51	100,51
Первые блюда							
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень	200	9,08	10,61	7,74	162,76
Вторые блюда							
401/96	12778	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф	30/30	9,06	10,57	1,38	136,89
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	8,64	6,74	7,80	126,42
ТТК	17928	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57
Гарниры и соусы							
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	3,72	5,51	37,12	212,90
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
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	175	Плюшка Московская Мука в/с / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Мак семена / Вода / Масло растительное)	50	4,31	1,87	29,72	152,95
Хлеб							
ПП	17038	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	50	3,50	0,55	21,65	105,55
ПП	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
Итого:			100,00				

Зав. производством: Костельникова О. А.

Ответственный за качество: _____
СанПиН 2.1.4.2318-09



Россия, 445044 Самарская обл. Тольятти, ул.Северная, 35