



Согласовано:  
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

## МЕНЮ

на 06.04.2023



МБУ "Гимназия № 35"

**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
Таб.№24/96	7435	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	50	8,81	0,75	0,25	10,50	47,25
ТТК	19760	Бутерброд с рулетом Жар птица (батон) Изделие кулинарное мясное Рулет "Жар птица" / Батон	20/25	15,00	8,50	2,00	10,28	93,12
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное	200/5	24,00	7,33	7,65	35,72	241,05
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
ТТК	19797	Йогурт 4,7% в асс 110гр	110	31,00	3,50	1,88	16,00	94,92
ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	1,00	0,79	0,10	4,83	23,38
<b>Итого:</b>			<b>620</b>	<b>85,81</b>	<b>20,93</b>	<b>11,94</b>	<b>90,71</b>	<b>554,02</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,56</b>			

**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
Таб.№24/96	6686	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	120	19,87	1,80	0,60	25,20	113,40
ТТК	19760	Бутерброд с рулетом Жар птица (батон) Изделие кулинарное мясное Рулет "Жар птица" / Батон	20/25	15,00	8,50	2,00	10,28	93,12
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное	200/5	24,00	7,33	7,65	35,72	241,05
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
ТТК	19797	Йогурт 4,7% в асс 110гр	110	31,00	3,50	1,88	16,00	94,92
ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	1,00	0,79	0,10	4,83	23,38
<b>Итого:</b>			<b>690</b>	<b>96,87</b>	<b>21,98</b>	<b>12,29</b>	<b>105,41</b>	<b>620,17</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,78</b>			

**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	2548	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	150	24,95	2,25	0,75	31,50	141,75
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
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода	200	9,00			19,96	79,84
ТТК	7335	Булочка Десертная (повидло) Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Сахар песок / Молоко / Повидло / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок	30	7,00	2,32	2,08	19,13	104,52
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,00	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	4,00	2,72	0,52	15,92	79,24
<b>Итого:</b>			<b>855</b>	<b>112,95</b>	<b>24,83</b>	<b>19,24</b>	<b>144,67</b>	<b>851,16</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>12,06</b>			

**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 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42



464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода	200	9,00			19,96	79,84
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,00	2,66	0,28	17,22	82,04
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,40	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Итого:</b>			<b>660</b>	<b>79,40</b>	<b>19,24</b>	<b>16,22</b>	<b>88,07</b>	<b>575,22</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,34</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
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
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода	200	9,00			19,96	79,84
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,00	2,66	0,28	17,22	82,04
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,40	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Итого:</b>			<b>660</b>	<b>79,40</b>	<b>19,24</b>	<b>16,22</b>	<b>88,07</b>	<b>575,22</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,34</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) Салат из моркови с сахаром (молодая): (Морковь свежая молодая / Сахар песок)	50	0,06		5,18	21,00
124 Тольятти 2013	7848	Салат из крабовых палочек с рисом Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Рис / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Соус для детей от Злет в асс.	40	1,64	6,30	3,01	75,30
	11843	Салат из свежих фруктов (яблоко,груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок	60	0,23	0,20	15,63	65,24
ТТК	18462	Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком 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>							
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	1,66	4,06	11,02	87,26
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	20,21	13,70	34,41	342,00
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Филе куриное зам. / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная 1	50	12,12	7,11	4,27	129,59
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) 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
<b>Гарниры и соусы</b>							
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная 1 / Масло сливочное / Вода	100	3,05	3,33	14,75	101,17
<b>Третьи блюда</b>							
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	13464	Булочка сахарная 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
ТТК	13465	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Мак / Вода / Масло растительное)	30	2,58	1,12	17,83	91,72
<b>Хлеб</b>							
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	1,99	0,20	12,30	58,96

