



Согласовано:  
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

## МЕНЮ

на 07.02.2024

МБУ "Гимназия № 35"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование  | Выход гр.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |              |               |
|------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                  |           |   |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккалл         |
| Таб.№24/96       | 15244     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное  | 150        | 15,58        | 0,60             | 0,60         | 14,70        | 66,60         |
| ТТК              | 19761     | Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон)<br>Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное               | 20/25      | 18,00        | 2,10             | 1,13         | 12,85        | 69,99         |
| Таблица №4/96    | 6705      | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5      | 25,00        | 8,35             | 9,82         | 34,12        | 258,26        |
| 630/96           | 2312      | Чай с молоком<br>Вода / Молоко / Сахар песок / Чай черный (развесной)   | 200        | 11,00        | 1,45             | 1,75         | 17,32        | 90,83         |
| ТТК              | 20084     | Печенье Овсяное<br>Печенье овсяное  | 23         | 5,00         | 1,38             | 0,83         | 14,49        | 70,93         |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>623</b> | <b>74,58</b> | <b>13,88</b>     | <b>14,13</b> | <b>93,48</b> | <b>556,62</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>7,79</b>      |              |              |               |

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование   | Выход гр.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |               |               |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                  |           |  |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккалл         |
| Таб.№24/96       | 15244     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное   | 150        | 15,75        | 0,60             | 0,60         | 14,70         | 66,60         |
| ТТК              | 19761     | Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон)<br>Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное  | 20/25      | 18,00        | 2,10             | 1,13         | 12,85         | 69,99         |
| Таблица №4/96    | 6705      | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная  | 200/5      | 25,00        | 8,35             | 9,82         | 34,12         | 258,26        |
| 630/96           | 2312      | Чай с молоком<br>Вода / Молоко / Сахар песок / Чай черный (развесной)  | 200        | 11,00        | 1,45             | 1,75         | 17,32         | 90,83         |
| ТТК              | 20084     | Печенье Овсяное<br>Печенье овсяное   | 23         | 5,00         | 1,38             | 0,83         | 14,49         | 70,93         |
| ТТК              | 1202      | Булочка Десертная (повидло)<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная | 50         | 12,00        | 3,90             | 3,72         | 32,17         | 177,76        |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>673</b> | <b>86,75</b> | <b>17,78</b>     | <b>17,85</b> | <b>125,65</b> | <b>734,38</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 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<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200        | 18,00        | 1,66             | 4,06         | 11,02         | 87,26         |
| 416/96;451/04       | 1103      | Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб)<br>Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная  | 50         | 37,00        | 8,64             | 6,74         | 7,80          | 126,42        |
| 460/2013 Самар.обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная  | 150        | 14,00        | 3,72             | 5,51         | 37,12         | 212,90        |
| ТТК 19.06.17г.      | 14233     | Компот из сливы<br>Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота   | 200        | 9,00         | 0,16             | 0,06         | 21,88         | 88,70         |
| 107/08              | 6559      | Булочка Ванильная<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин  | 30         | 3,60         | 2,49             | 2,34         | 17,71         | 101,86        |
| ТТК                 | 18152     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 10         | 1,00         | 0,79             | 0,10         | 4,83          | 23,38         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>640</b> | <b>82,60</b> | <b>17,46</b>     | <b>18,81</b> | <b>100,36</b> | <b>640,52</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>8,36</b>      |              |               |               |

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<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200        | 18,00        | 1,66             | 4,06         | 11,02         | 87,26         |
| 416/96;451/04       | 1103      | Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб)<br>Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная  | 50         | 37,00        | 8,64             | 6,74         | 7,80          | 126,42        |
| 460/2013 Самар.обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная  | 150        | 14,00        | 3,72             | 5,51         | 37,12         | 212,90        |
| ТТК 19.06.17г.      | 14233     | Компот из сливы<br>Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота   | 200        | 9,00         | 0,16             | 0,06         | 21,88         | 88,70         |
| 107/08              | 6559      | Булочка Ванильная<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин  | 30         | 3,60         | 2,49             | 2,34         | 17,71         | 101,86        |
| ТТК                 | 18152     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 10         | 1,00         | 0,79             | 0,10         | 4,83          | 23,38         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>640</b> | <b>82,60</b> | <b>17,46</b>     | <b>18,81</b> | <b>100,36</b> | <b>640,52</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>8,36</b>      |              |               |               |



**Обед для учащихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции**

| Сборник рецептов    | Код блюда | Наименование  | Выход гр.  | Цена руб.     | Пищевая ценность |              |               |               |
|---------------------|-----------|---|------------|---------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                     |           |   |            |               | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккалл         |
| Таб.24/96           | 2464      | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие   | 100        | 21,46         | 0,90             | 0,20         | 8,10          | 37,80         |
| 110/96              | 168       | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200        | 18,00         | 1,66             | 4,06         | 11,02         | 87,26         |
| 416/96;451/04       | 1103      | Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб)<br>Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панирочные / Масло растительное / Соль йодированная  | 50         | 37,00         | 8,64             | 6,74         | 7,80          | 126,42        |
| 460/2013 Самар.обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная  | 150        | 14,00         | 3,72             | 5,51         | 37,12         | 212,90        |
| ТТК 19,06,17г.      | 14233     | Компот из сливы<br>Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота   | 200        | 9,00          | 0,16             | 0,06         | 21,88         | 88,70         |
| 107/08              | 6559      | Булочка Ванильная<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин  | 30         | 4,00          | 2,49             | 2,34         | 17,71         | 101,86        |
| ТТК                 | 13440     | Рачки с маком<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное / Мак семена / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное   | 50         | 17,00         | 3,66             | 4,96         | 28,96         | 175,12        |
| ТТК                 | 18450     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 10         | 1,00          | 0,70             | 0,11         | 4,33          | 21,11         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>790</b> | <b>121,46</b> | <b>21,93</b>     | <b>23,98</b> | <b>136,92</b> | <b>851,17</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |               | <b>11,41</b>     |              |               |               |

**обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс(ОВЗ), учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции**

| 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<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200        | 18,00         | 1,66             | 4,06         | 11,02         | 87,26         |
| 416/96;451/04       | 1103      | Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб)<br>Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панирочные / Масло растительное / Соль йодированная  | 50         | 37,00         | 8,64             | 6,74         | 7,80          | 126,42        |
| 460/2013 Самар.обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная  | 150        | 14,00         | 3,72             | 5,51         | 37,12         | 212,90        |
| ТТК 19,06,17г.      | 14233     | Компот из сливы<br>Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота   | 200        | 9,00          | 0,16             | 0,06         | 21,88         | 88,70         |
| 107/08              | 6559      | Булочка Ванильная<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин  | 30         | 3,43          | 2,49             | 2,34         | 17,71         | 101,86        |
| ТТК                 | 19947     | Сок Сады Придонья в асс.125гр.<br>Сок Сады Придонья в асс. 0,125л   | 125        | 18,00         |                  |              | 14,75         | 59,00         |
| пп                  | 1561      | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной  | 25         | 2,00          | 1,70             | 0,33         | 9,95          | 49,57         |
| пп                  | 17037     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 35         | 3,00          | 2,45             | 0,39         | 15,16         | 73,89         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>815</b> | <b>104,43</b> | <b>20,82</b>     | <b>19,42</b> | <b>135,38</b> | <b>799,59</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |               | <b>11,28</b>     |              |               |               |

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

| Сборник рецептов      | Код блюда | Наименование  | Выход  | Пищевая ценность |       |          |        |
|-----------------------|-----------|---|--------|------------------|-------|----------|--------|
|                       |           |   |        | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| <b>Холодные блюда</b> |           |   |        |                  |       |          |        |
| ТТК                   | 18501     | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие   | 95     | 0,86             | 0,19  | 7,70     | 35,91  |
|                       | 11843     | Салат из свежих фруктов (яблоко,груша)<br>Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок  | 60     | 0,23             | 0,20  | 15,63    | 65,24  |
| ТТК                   | 18186     | Салат Мимоза (конс. рыб,лук зел,яйцо,соус)<br>Яйцо свежее / Консервы рыбные в асс. / Соус для детей в асс. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук зеленый  | 50     | 1,70             | 1,56  | 2,23     | 29,81  |
| ТТК                   | 7662      | Салат из свеклы с растительным маслом<br>Свекла п/ф / Масло растительное / Соль йодированная  | 100    | 1,70             | 9,90  | 10,80    | 139,10 |
| 49/2013               | 8088      | Салат "Ароматный"<br>Салат "Ароматный": (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф / Лимонная кислота)  | 60     | 0,77             | 6,00  | 2,06     | 65,32  |
| <b>Первые блюда</b>   |           |   |        |                  |       |          |        |
| 110/96                | 168       | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200    | 1,66             | 4,06  | 11,02    | 87,26  |
| <b>Вторые блюда</b>   |           |   |        |                  |       |          |        |
| ТТК                   | 8183      | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным<br>Запеканка творожная с крошкой: (Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная) / Молоко сгущенное   | 100/30 | 16,23            | 18,24 | 47,46    | 418,92 |
| 401/96                | 11664     | Гуляш из говядины<br>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 |
| ТТК                   | 20056     | Шашлык из цыплят с соусом томатным<br>Котлетное мясо птицы / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Соус Весна 1л. / Масло растительное   | 40/30  | 10,78            | 7,77  | 1,85     | 120,40 |
| 416/96                | 17305     | Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая<br>Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая: (Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панирочные / Масло растительное / Соль йодированная)   | 75     | 9,81             | 20,18 | 11,70    | 267,62 |

**Гарниры и соусы**

|                      |       |  |     |      |      |       |        |
|----------------------|-------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 469/96               | 15763 | Спагетти (макароны) отварные<br>Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная                   | 150 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
| 460/2013 Самар. обл. | 6069  | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 3,72 | 5,51 | 37,12 | 212,90 |

**Третьи блюда**

|                 |     |  |     |      |      |       |       |
|-----------------|-----|--|-----|------|------|-------|-------|
| 628/96,685/2004 | 259 | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
|-----------------|-----|--|-----|------|------|-------|-------|

**Мучные изделия**

|         |      |  |    |      |      |       |        |
|---------|------|--|----|------|------|-------|--------|
| №772/04 | 2376 | Булочка Дорожная<br>Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 3,67 | 7,11 | 28,89 | 194,23 |
| ТТК     | 5149 | Крендель с сахаром<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная                 | 50 | 3,94 | 5,96 | 30,87 | 192,88 |

**Хлеб**

|    |       |                                       |    |      |      |       |       |
|----|-------|---------------------------------------|----|------|------|-------|-------|
| пп | 17037 | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте | 35 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
|----|-------|---------------------------------------|----|------|------|-------|-------|

**Итого:** 130,00Зав.производство Котельникова О. А.Ответственный за качество  
СанПин 2.3/2-5590820

Россия, 445043, Самарская область, г.Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru