

Согласовано:  
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

**МЕНЮ**

на 07.11.2023

МБУ "Гимназия № 35"

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование  | Выход гр.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |              |               |
|------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                  |           |   |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккалл         |
| Таб.№24/96       | 2521      | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая  | 100        | 28,81        | 0,40             | 0,30         | 10,30        | 45,50         |
| 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        |
| 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         |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>545</b> | <b>85,81</b> | <b>17,17</b>     | <b>18,40</b> | <b>74,73</b> | <b>533,20</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>6,23</b>      |              |              |               |

**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       | 2521      | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая  | 100        | 28,87        | 0,40             | 0,30         | 10,30         | 45,50         |
| 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        |
| 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              | 1202      | Булочка Десертная (повидло)<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная | 50         | 11,00        | 3,90             | 3,72         | 32,17         | 177,76        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>595</b> | <b>96,87</b> | <b>21,07</b>     | <b>22,12</b> | <b>106,90</b> | <b>710,96</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>8,91</b>      |              |               |               |

**Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование   | Выход гр.  | Цена руб.     | Пищевая ценность |              |               |                 |
|------------------|-----------|--|------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                  |           |  |            |               | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккалл           |
|                  | 8073      | Огурец солёный<br>Огурцы соленые   | 35         | 6,00          | 0,31             | 0,04         | 0,66          | 4,24            |
| 148/96           | 15830     | Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. | 200        | 11,00         | 10,94            | 11,88        | 12,90         | 202,26          |
| 401/96           | 6465      | Гуляш из свинины (окорок)<br>Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная   | 30/30      | 42,00         | 6,87             | 17,81        | 2,98          | 199,69          |
| 464/96           | 3714      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная  | 150        | 13,00         | 4,58             | 4,81         | 22,12         | 150,09          |
| ТТК              | 13514     | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок   | 200        | 6,95          | 0,14             | 0,05         | 12,95         | 52,81           |
| 614/2012         | 13439     | Булочка Ароматная<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корича молотая / Соль йодированная                     | 50         | 11,00         | 4,56             | 5,19         | 33,24         | 197,91          |
|                  | 16333     | Гематоген в асс 40гр.  |            | 18,00         | 7,00             | 3,00         | 84,00         | 380,00          |
| пп               | 17037     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 35         | 3,00          | 2,45             | 0,39         | 15,16         | 73,89           |
| пп               | 1561      | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной   | 25         | 2,00          | 1,70             | 0,33         | 9,95          | 49,57           |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>755</b> | <b>112,95</b> | <b>38,55</b>     | <b>43,49</b> | <b>193,96</b> | <b>1 310,46</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |               | <b>16,16</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  |
| 148/96           | 15830     | Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. | 200       | 11,00     | 10,94            | 11,88 | 12,90    | 202,26 |
| 401/96           | 6465      | Гуляш из свинины (окорок)<br>Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная   | 30/30     | 42,00     | 6,87             | 17,81 | 2,98     | 199,69 |
| 464/96           | 3714      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная  | 150       | 13,00     | 4,58             | 4,81  | 22,12    | 150,09 |
| ТТК              | 13514     | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок   | 200       | 6,40      | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
| ТТК              | 13487     | Булочка Загадка<br>Булочка "Загадка": (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)  | 30        | 3,00      | 2,87             | 1,21  | 19,72    | 101,25 |
| пп               | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 25        | 2,00      | 1,99             | 0,20  | 12,30    | 58,96  |



|                  |      |                            |     |       |       |       |       |        |
|------------------|------|----------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| пп               | 1561 | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной | 25  | 2,00  | 1,70  | 0,33  | 9,95  | 49,57  |
| <b>Итого:</b>    |      |                            | 690 | 79,40 | 29,09 | 36,29 | 92,92 | 814,63 |
| <b>Итого ХЕ:</b> |      |                            |     |       | 7,74  |       |       |        |

**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  |
| 148/96           | 15830     | Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. | 200       | 11,00     | 10,94            | 11,88 | 12,90    | 202,26 |
| 401/96           | 6465      | Гуляш из свинины (окорок)<br>Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная   | 30/30     | 42,00     | 6,87             | 17,81 | 2,98     | 199,69 |
| 464/96           | 3714      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная  | 150       | 13,00     | 4,58             | 4,81  | 22,12    | 150,09 |
| ТТК              | 13514     | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок   | 200       | 6,40      | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
| ТТК              | 13487     | Булочка Загадка<br>Булочка "Загадка": (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)  | 30        | 3,00      | 2,87             | 1,21  | 19,72    | 101,25 |
| пп               | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 25        | 2,00      | 1,99             | 0,20  | 12,30    | 58,96  |
| пп               | 1561      | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной   | 25        | 2,00      | 1,70             | 0,33  | 9,95     | 49,57  |
| <b>Итого:</b>    |           |  | 690       | 79,40     | 29,09            | 36,29 | 92,92    | 814,63 |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |           |           | 7,74             |       |          |        |

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

| Сборник рецептур       | Код блюда | Наименование   | Выход  | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------------|-----------|--|--------|------------------|-------|----------|--------|
|                        |           |  |        | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| <b>Холодные блюда</b>  |           |  |        |                  |       |          |        |
| Таб.№25 1998           | 5102      | Виноград свежий<br>Виноград свежий   | 75     | 0,47             | 0,47  | 12,01    | 54,15  |
| ТТК                    | 8603      | Салат из свежих фруктов (яблоко, мандарин)<br>Мандарины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок   | 60     | 0,38             | 0,18  | 15,30    | 64,34  |
| 124 Тольятти 2013      | 7848      | Салат из крабовых палочек с рисом<br>Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Рис / Соль йодированная  | 40     | 1,64             | 6,30  | 3,01     | 75,30  |
| 49/2013                | 9089      | Салат "Ароматный"<br>Салат "Ароматный": (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф омиш. / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф / Лимонная кислота)   | 70     | 0,90             | 7,00  | 2,40     | 76,20  |
| <b>Первые блюда</b>    |           |  |        |                  |       |          |        |
| 148/96                 | 15830     | Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.   | 200    | 10,94            | 11,88 | 12,90    | 202,26 |
| <b>Вторые блюда</b>    |           |  |        |                  |       |          |        |
| ТТК                    | 19353     | Пельмени отварные с курицей, с маслом<br>Пельмени отварные с курицей, с маслом : (Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист)   | 200    | 22,45            | 15,51 | 38,22    | 382,34 |
| 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 |
|                        | 18453     | Котлета рубленая из цыплят<br>Котлета рубленая из цыплят: (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панিরочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное)   | 75     | 12,98            | 4,46  | 11,86    | 139,46 |
| 436/96                 | 15458     | Цыпленок запеченный<br>Цыпленок бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное  | 75     | 17,67            | 18,21 |          | 234,59 |
| <b>Гарниры и соусы</b> |           |  |        |                  |       |          |        |
| 317,529/97             | 1702      | Гороховое пюре<br>Горох / Масло растительное / Соль йодированная   | 150    | 16,83            | 4,79  | 35,18    | 251,15 |
| ТТК                    | 6527      | Рис оригинальный<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист   | 150    | 4,30             | 6,18  | 41,84    | 240,18 |
| <b>Третьи блюда</b>    |           |  |        |                  |       |          |        |
| 628/96:685/200 4       | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200    | 1,00             | 0,26  | 14,97    | 66,18  |
| ТТК 19,06,17г.         | 14233     | Компот из сливы<br>Вода / Сливы свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота  | 200    | 0,16             | 0,06  | 21,88    | 88,70  |
| <b>Мучные изделия</b>  |           |  |        |                  |       |          |        |
| ТТК                    | 2316      | Рожок обсыпной<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная  | 50     | 4,04             | 3,38  | 29,56    | 164,82 |
| ТТК                    | 13441     | Витушка с маком<br>Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное   | 50     | 4,70             | 3,10  | 31,54    | 172,86 |
| ТТК                    | 7604      | Булочка Десертная (повидло)<br>Булочка Десертная (повидло): (Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная) | 40     | 3,12             | 2,98  | 25,74    | 142,26 |
| <b>Хлеб</b>            |           |  |        |                  |       |          |        |
| пп                     | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 25     | 1,99             | 0,20  | 12,30    | 58,96  |
| пп                     | 1561      | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной   | 25     | 1,70             | 0,33  | 9,95     | 49,57  |
| <b>Итого:</b>          |           |  | 130,00 |                  |       |          |        |

Ответственный  
СанПин 2.3/2.4



Россия, 445043, Самарская область, Тольятти, ул. Северная, 35  
E-mail: eda0910@mail.ru