Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Л.М. Сураева

МЕНЮ

на 11.11.2026

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб 4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	20327	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 57гр.ТМ / Молоко сгущенное / Масло растительное	50/10	14,01	9,50	8,55	175,74
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	15	1,65	3,00		33,60
		Итого:	**520**	**26,03**	**20,47**	**70,94**	**572,09**
		Итого ХЕ:				**5,91**	

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114 гр. (творог обез.) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
Таб.№24/96	9835	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	65	0,26	0,26	6,37	28,86
		Итого:	**385**	**20,50**	**8,15**	**35,58**	**297,67**
		Итого ХЕ:				**2,97**	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114 гр. (творог обез.) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
		Итого:	**390**	**26,19**	**13,34**	**69,88**	**510,64**
		Итого ХЕ:				**5,82**	

Стоимость рациона: 95,46 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114 гр. (творог обез.) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
628/96	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18

ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
		Итого:	**390**	**26,19**	**13,34**	**69,88**	**510,64**
		Итого ХЕ:				**5,82**	

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114 гр. (творог обез.) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
		Итого:	**390**	**26,19**	**13,34**	**69,88**	**510,64**
		Итого ХЕ:				**5,82**	

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс, обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28
82/07 ДеЛи принт	3932	Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,54	329,53
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
		Итого:	**700**	**17,81**	**26,17**	**103,97**	**722,70**
		Итого ХЕ:				**8,66**	

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
82/07 ДеЛи принт	3932	Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,54	329,53
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	**605**	**15,62**	**25,51**	**83,32**	**631,64**
		Итого ХЕ:				**6,94**	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28
82/07 ДеЛи принт	3932	Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73

ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,54	329,53
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
		Итого:	**700**	**17,81**	**26,17**	**103,97**	**722,70**
		Итого ХЕ:				**8,66**	

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28
82/07 ДеЛи принт	3932	Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,54	329,53
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
№ 687/96	418	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / : (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	75	5,01	2,83	33,55	179,71
		Итого:	**775**	**22,82**	**29,00**	**137,52**	**902,41**
		Итого ХЕ:				**11,46**	

Стоимость рациона: 133,65 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28
82/07 ДеЛи принт	3932	Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
ТТК	20830	Пельмени отварные МБ мясные, с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	10,02	17,70	32,54	329,53
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
№ 687/96	418	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / : (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	75	5,01	2,83	33,55	179,71
		Итого:	**775**	**22,82**	**29,00**	**137,52**	**902,41**
		Итого ХЕ:				**11,46**	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
Таб.24/96	6673	Десерт фруктовый (банан)	85	1,28	0,43	17,85	80,39

ТТК	6958	Салат из свежих фруктов (яблоко,апельс.очищ) Апельсины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,45	0,19	15,79	66,67
29/96	2110	Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла п/ф / Сыр / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Чеснок	50	2,71	7,39	4,38	94,87
19/2004	4792	Салат из свежих помидоров с луком Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная / Перец черный молотый	60	0,68	3,09	3,47	44,41
ТТК	13970	Салат Майский (огур.св,яйцо,соус) Салат "Майский": (Яйцо свежее / Огурец свежий / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная)	50	2,97	9,02	0,92	96,74
		Первые блюда					
82/07 ДеЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25	84,23
		Вторые блюда					
ТТК	20408	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Молоко сгущенное / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	150/20	5,93	14,95	50,11	358,70
401/96	19910	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	9,12	23,60	3,78	264,00
ТТК	20847	Котлета рубленая (фарш мясной,хлеб) Фарш мясной категории Б / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	60	8,05	16,51	9,47	218,69
ТТК	16856	Наггетсы куриные рубленые Наггетсы куриные рубленые п/ф 51 гр. / Масло растительное	45	9,38	9,50	2,02	131,10
		Гарниры и соусы					
464/96	18744	Каша гречневая вязкая Каша гречневая вязкая: (Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная)	180	5,49	5,99	26,55	182,11
111/07 ДеЛи принт	14066	Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	100	2,28	2,38	17,78	101,66
469/96	18751	Макароны отварные (макар.спагетти) Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
		Третьи блюда					
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
		Хлеб					
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Мучные изделия					
627/13	13477	Булочка с повидлом Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	4,27	2,87	33,25	175,91
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,55	3,06	34,59	184,10

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производством Кузьникова С. А.

Ответственный за выдачу _____ /

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

E-mail: eda0910@mail.ru