



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 11.12.2024

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	16310	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	140	20,00	0,56	0,56	13,72	62,16
УКС	20328	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная	100/10	46,00	14,72	7,19	33,99	259,55
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,58				
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
Итого:			500	74,58	20,05	9,77	80,58	490,45
Итого ХЕ:					6,72			

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	16310	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	140	20,00	0,56	0,56	13,72	62,16
УКС	20328	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная	100/10	46,00	14,72	7,19	33,99	259,55
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,75				
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
ТТК	1202	Булочка Десертная (повидло) 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
Итого:			550	86,75	23,95	13,49	112,75	668,21
Итого ХЕ:					9,40			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	16310	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	140	20,00	0,56	0,56	13,72	62,16
УКС	20328	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная	100/10	46,00	14,72	7,19	33,99	259,55
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,75				
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
ТТК	1202	Булочка Десертная (повидло) 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
Итого:			550	86,75	23,95	13,49	112,75	668,21
Итого ХЕ:					9,40			

Витаминизация

Завтрак бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс; ОВЗ с 1 по 4 класс; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак); 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
ТТК	19947	Сок Сады Придонья в асс.125гр. Сок Сады Придонья яблочный 0,125л	125	19,81			14,75	59,00
Итого:			125	19,81			14,75	59,00
Итого ХЕ:					1,23			

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	60/30	47,00	9,26	11,49	10,55	182,65

460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,43			14,97	66,18
ТТК	1095	Плетёнка Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Мука в/с / Соль йодированная / Масло растительное	80	14,00	6,40	10,27	46,48	303,95
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	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
Итого:			795	104,43	36,07	37,54	158,06	1 120,68
Итого ХЕ:					13,17			

**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
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / 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) / Лук репчатый п/ф / Вода / Хлеб пшеничный / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	60/30	47,00	9,26	11,49	10,55	182,65
460/2013	18403	Рис отварной с овощами Рис отварной с овощами: (Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная)	110	11,00	2,73	3,97	27,21	155,51
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,60			14,97	66,18
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			635	82,60	25,96	25,22	85,75	680,10
Итого ХЕ:					7,15			

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
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / 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) / Лук репчатый п/ф / Вода / Хлеб пшеничный / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	60/30	47,00	9,26	11,49	10,55	182,65
460/2013	18403	Рис отварной с овощами Рис отварной с овощами: (Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная)	110	11,00	2,73	3,97	27,21	155,51
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,60			14,97	66,18
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			635	82,60	25,96	25,22	85,75	680,10
Итого ХЕ:					7,15			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	10,00	0,53	0,07	1,13	7,27
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / 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) / Лук репчатый п/ф / Вода / Хлеб пшеничный / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	60/30	47,00	9,26	11,49	10,55	182,65
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	20,00	6,35	4,90	24,39	167,06
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,46			14,97	66,18
Пром	1460	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	50	5,00	3,40	0,65	19,90	99,05
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			835	121,46	37,23	32,37	141,08	1 010,87
Итого ХЕ:					11,76			

**Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ),
для 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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф /	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72

422/96	3160	Тфтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / 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) / Лук репчатый п/ф / Вода / Хлеб пшеничный / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	60/30	47,00	9,26	11,49	10,55	182,65
460/2013 Самар. обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка); (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,43			14,97	66,18
ТТК	1095	Плетёнка Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Мука в/с / Соль йодированная / Масло растительное	80	14,00	6,40	10,27	46,48	303,95
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	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
Итого:			795	104,43	36,07	37,54	158,06	1 120,68
Итого ХЕ:					13,17			

Витаминизация

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции (первая смена); ОВЗ с 1 по 4 класс; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся во вторую смену (обед); Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции (вторая смена)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	19947	Сок Сады Придонья в асс.125гр. Сок Сады Придонья яблочный 0,125л	125	19,81			14,75	59,00
Итого:			125	19,81			14,75	59,00
Итого ХЕ:					1,23			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Таб №24/96	3378	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00
	10987	Салат из свежих фруктов (яблоко, банан) Бананы свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	50	0,59	0,26	19,23	81,62
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
ТТК	11566	Салат из свеклы с растительным маслом Свекла п/ф / Масло растительное	50	0,85	4,95	5,40	69,55
Сб. рец. Москва 2022г.	2008	Салат Зеленый с ветчиной Салат Зеленый с ветчиной; (Капуста пекинская / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень)	50	0,43	5,25	0,54	51,15
Первые блюда							
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур. бульоне Бульон куриный (суп набор); (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	11,31	9,48	15,80	193,72
Вторые блюда							
ТТК	2380	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / творог / Молоко сгущенное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная	100/20	15,34	17,21	41,73	383,17
401/96	18931	Гуляш из цыплят в томатном соусе Котлетное мясо птицы / Вода / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Сахар песок	40/40	10,88	8,89	2,65	134,11
416/96	10710	Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панирочные / Масло растительное / Соль йодированная	75	13,16	10,66	12,29	197,74
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.	50	7,04	19,80	0,19	207,12
Гарниры и соусы							
466/96.512/3/20 04	6528	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,75	4,16	39,29	209,60
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
469/96.516/3/04	1669	Макаронные изделия Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка); (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Мучные изделия							
ТТК	13464	Булочка сахарная 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)	30	2,73	1,84	20,75	110,48
ТТК	13487	Булочка Загадка Булочка "Загадка"; (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	30	2,87	1,21	19,72	101,25
Хлеб							
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			130,00				