



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 12.03.2025

МБУ "Гимназия № 35"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОБЗ 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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	14,00	0,40	0,40	11,30	50,40
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	58,00	3,95	11,49	47,23	308,16
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	4,68	4,31	1,87	29,72	152,95
Итого:			500	78,68	8,66	13,76	88,25	511,51
Итого ХЕ:					7,35			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	14,00	0,40	0,40	11,30	50,40
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	58,00	3,95	11,49	47,23	308,16
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	4,52	4,31	1,87	29,72	152,95
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	13,00	3,67	7,11	28,89	194,23
Итого:			550	91,52	12,33	20,87	117,14	705,74
Итого ХЕ:					9,76			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	14,00	0,40	0,40	11,30	50,40
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	58,00	3,95	11,49	47,23	308,16
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	4,52	4,31	1,87	29,72	152,95
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	13,00	3,67	7,11	28,89	194,23
Итого:			550	91,52	12,33	20,87	117,14	705,74
Итого ХЕ:					9,76			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	20389	Фрикадельки из говядины с соусом томатным Фрикадельки из говядины / 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) / Масло растительное	50/50	51,00	8,23	10,04	7,44	152,99
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	200	15,17	0,18	0,18	28,36	115,79
687/96	9727	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 / Соль йодированная / Масло растительное	30	5,00	1,80	0,74	11,88	61,38
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			705	110,17	25,62	25,72	96,00	718,00
Итого ХЕ:					8,00			

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
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	13257	Фрикадельки из говядины Фрикадельки из говядины / Масло растительное	50	41,00	7,75	9,96	4,35	138,04
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,10	0,06	0,06	13,38	54,30
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			625	87,10	23,22	24,79	66,05	580,18
Итого ХЕ:					5,50			

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
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	13257	Фрикадельки из говядины Фрикадельки из говядины / Масло растительное	50	41,00	7,75	9,96	4,35	138,04
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,10	0,06	0,06	13,38	54,30
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			625	87,10	23,22	24,79	66,05	580,18
Итого ХЕ:					5,50			

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
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	13257	Фрикадельки из говядины Фрикадельки из говядины / Масло растительное	50	41,00	7,75	9,96	4,35	138,04
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	200	15,14	0,18	0,18	28,36	115,79
687/96	15276	Пирожок с мясом и луком (мясо птицы, говядина) Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	33,00	8,47	4,21	27,95	183,61
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			675	128,14	31,81	29,12	108,99	825,28
Итого ХЕ:					9,08			

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
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	20389	Фрикадельки из говядины с соусом томатным Фрикадельки из говядины / 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) / Масло растительное	50/50	51,00	8,23	10,04	7,44	152,99
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	200	15,17	0,18	0,18	28,36	115,79
687/96	9727	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 / Соль йодированная / Масло растительное	30	5,00	1,80	0,74	11,88	61,38
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			705	110,17	25,62	25,72	96,00	718,00
Итого ХЕ:					8,00			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							

ТТК	18501	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	95	0,86	0,19	7,70	35,91
	11843	Салат из свежих фруктов (яблоко, груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок	60	0,23	0,20	15,63	65,24
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
Таб.№24/96	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	0,36	0,05	0,97	5,77
Первые блюда							
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	8,93	9,76	13,90	179,15
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
ТТК	18867	Рис оригинальный с мясом птицы Котлетное мясо птицы / Рис / Лук репчатый / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	50/150	17,41	15,61	41,89	377,70
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	17305	Котлета рубленая из свинины (окоорока) запеченая Котлеты рубленые из свинины (окоорока) запеченая: (Свинина блк (окоорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
Гарниры и соусы							
111/07 ДеЛи принт	11592	Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	150	3,42	3,87	26,64	155,07
469/96	15763	Спагетти (макаронны) отварные Спагетти (макаронны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
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	3147	Булочка Золотистая Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08
Хлеб							
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
			Итого: 137,00				

Зав.производства Котельникова О. А.

Ответственный
СанПиН 2.3/2.1.3892-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru