



## МЕНЮ

на 12.12.2022

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
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) <small>Сыр / Батон</small>	20/25	22,00	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб.№24/96	8423	Десерт фруктовый (груша) <small>Груша свежая</small>	115	21,29	0,46	0,35	11,85	52,39
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом <small>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное</small>	200/5	24,00	7,33	7,65	35,72	241,05
762/97	10307	Кофейный напиток с молоком <small>Кофейный напиток / Сахар песок / Молоко / Вода</small>	180	14,00	3,05	2,66	20,81	119,38
<b>Итого:</b>			<b>545</b>	<b>81,29</b>	<b>17,59</b>	<b>17,58</b>	<b>81,23</b>	<b>553,49</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,77</b>			

### Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) <small>Сыр / Батон</small>	20/25	22,00	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб.№24/96	8423	Десерт фруктовый (груша) <small>Груша свежая</small>	115	21,29	0,46	0,35	11,85	52,39
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом <small>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное</small>	200/5	24,00	7,33	7,65	35,72	241,05
762/97	10307	Кофейный напиток с молоком <small>Кофейный напиток / Сахар песок / Молоко / Вода</small>	180	14,00	3,05	2,66	20,81	119,38
<b>Итого:</b>			<b>545</b>	<b>81,29</b>	<b>17,59</b>	<b>17,58</b>	<b>81,23</b>	<b>553,49</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,77</b>			

### Обед 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	7092	Десерт фруктовый (мандарин) <small>Мандарины свежие</small>	90	14,19	0,72	0,18	6,75	31,50
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне <small>Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный. (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень</small>	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК	18963	Котлета Пожарская <small>Котлета "Пожарская" п/ф 78гр / Масло растительное</small>	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая <small>Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное</small>	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	13440	Рачки с маком <small>Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Молоко / Мак / Сахар песок / Яйцо свежее / Мак / Масло растительное</small>	50	17,00	3,66	4,96	28,96	175,12
ТТК	18449	Хлеб ржаной <small>Хлеб ржаной</small>	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
ТТК	18450	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	10	1,00	0,70	0,11	4,33	21,11
<b>Итого:</b>			<b>780</b>	<b>106,19</b>	<b>31,84</b>	<b>32,03</b>	<b>101,37</b>	<b>821,17</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,45</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
Таб №24/96	1888	Огурец солёный <small>Огурцы соленые</small>	20	3,40	0,16	0,02	0,34	2,18
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне <small>Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный. (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень</small>	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК	18963	Котлета Пожарская <small>Котлета "Пожарская" п/ф 78гр / Масло растительное</small>	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая <small>Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное</small>	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	17588	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
ТТК	18449	Хлеб ржаной <small>Хлеб ржаной</small>	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
<b>Итого:</b>			<b>675</b>	<b>79,40</b>	<b>28,91</b>	<b>27,00</b>	<b>73,97</b>	<b>654,58</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,16</b>			

## 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
Таб. №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,40	0,16	0,02	0,34	2,18
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК	18963	Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96,685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	17586	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
<b>Итого:</b>			<b>675</b>	<b>79,40</b>	<b>28,91</b>	<b>27,00</b>	<b>73,97</b>	<b>654,58</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,16</b>			

## Обед для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	7092	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	90	14,19	0,72	0,18	6,75	31,50
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК	18963	Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96,685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	13440	Рачки с маком Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Молоко / Мак / Сахар песок / Яйцо свежее / Мак / Масло растительное	50	17,00	3,66	4,96	28,96	175,12
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,00	0,70	0,11	4,33	21,11
<b>Итого:</b>			<b>780</b>	<b>106,19</b>	<b>31,84</b>	<b>32,03</b>	<b>101,37</b>	<b>821,17</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,45</b>			

## 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. №24/96	12720	Десерт фруктовый (киви) Киви	90	0,72	0,36	7,29	35,28
ТТК	6958	Салат из свежих фруктов (яблоко, апельс.) Яблоко свежее / Апельсины свежие / Сахар песок	60	0,45	0,19	15,79	66,67
№71/2004	10284	Винегрет овощной Винегрет овощной / Картофель п/ф / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Огурец соленые / Капуста квашеная / Морковь свежая п/ф	70	1,14	7,03	5,87	91,31
Таб. №24/96	180	Икра кабачковая (консерв) Икра кабачковая (консерв)	50	1,90	8,90	7,70	118,50
<b>Первые блюда</b>							
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	8,70	9,56	9,46	158,72
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	6875	Шашлык из филе цыплят Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус Юса для детей	40	8,07	7,11	8,00	128,27
240/02	17305	Котлета рубленая из окорока запеченая Котлета рубленая из окорока запеченая: (Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	40/40	13,41	4,68	2,69	106,50
<b>Гарниры и соусы</b>							
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	4,58	4,81	22,12	150,09

## Третьи блюда

628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55
--------	------	--	-----	------	------	-------	-------

## Мучные изделия

ТТК	13487	Булочка Загадка Булочка Загадка (мак); (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная Т / Вода / Мак / Масло растительное)	30	2,87	1,21	19,72	101,25
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Соль йодированная Т / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Вода	30	2,55	1,91	18,77	102,47

## Хлеб

пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	1,99	0,20	12,30	58,96
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	0,68	0,13	3,98	19,81

Итого: 100,00

Зав.производством: Метельникова О. А.

Ответственный за качество  
СанПИН 27.01.2000-20УТВЕРЖДАЮ: "ДРУЖБА"  
Директор ЗАО КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

Россия, 445048 Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru