



Согласовано:

Директор МБУ "Гимназия № 35"

Л.М. Сураева

# МЕНЮ

на 15.04.2026

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.№24/96       | 10148     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное  | 155        | 0,62             | 0,62         | 17,52        | 78,14         |
| ТТК              | 20538     | Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным<br>Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой:<br>(Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное | 130/20     | 17,29            | 18,16        | 49,45        | 430,43        |
| ТТК              | 19810     | Чай с сахаром п/с<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200        |                  |              | 6,99         | 27,94         |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>505</b> | <b>17,91</b>     | <b>18,78</b> | <b>73,96</b> | <b>536,51</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>6,16</b>  |               |

**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              | 20538     | Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным<br>Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой:<br>(Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное | 130/20     | 17,29            | 18,16        | 49,45        | 430,43        |
| 630/96           | 2312      | Чай с молоком<br>Вода / Молоко / Сахар песок / Чай черный (развесной)   | 200        | 1,45             | 1,75         | 17,32        | 90,83         |
| Таб.№25/96       | 1650      | Сыр порционный<br>Сыр   | 20         | 4,87             | 6,20         |              | 75,28         |
| ПП               | 365       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 25         | 1,90             | 0,20         | 12,30        | 58,60         |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>395</b> | <b>25,51</b>     | <b>26,31</b> | <b>79,07</b> | <b>655,14</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>6,59</b>  |               |

**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              | 20538     | Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным<br>Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой:<br>(Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное | 130/20     | 17,29            | 18,16        | 49,45        | 430,43        |
| 630/96           | 2312      | Чай с молоком<br>Вода / Молоко / Сахар песок / Чай черный (развесной)   | 200        | 1,45             | 1,75         | 17,32        | 90,83         |
| Таб.№25/96       | 1650      | Сыр порционный<br>Сыр   | 20         | 4,87             | 6,20         |              | 75,28         |
| ПП               | 365       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 25         | 1,90             | 0,20         | 12,30        | 58,60         |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>395</b> | <b>25,51</b>     | <b>26,31</b> | <b>79,07</b> | <b>655,14</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>6,59</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. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|---|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| 138/96           | 169       | Суп картофельный с горохом<br>Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200       | 4,83             | 4,41  | 15,87    | 122,49 |
| ТТК              | 19886     | Рис оригинальный с мясом птицы<br>Рис / Котлетное мясо птицы / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист           | 30/150    | 13,01            | 12,92 | 41,68    | 335,06 |
| ТТК              | 20628     | Напиток из апельсинов п.с.<br>Вода / Апельсины свежие / Сахар песок   | 200       | 0,20             | 0,04  | 16,75    | 68,20  |

|                  |       |                                       |            |              |              |              |               |
|------------------|-------|---------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ПП               | 12649 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб в ассортименте | 20         | 1,52         | 0,16         | 9,84         | 46,88         |
| <b>Итого:</b>    |       |                                       | <b>630</b> | <b>23,36</b> | <b>20,48</b> | <b>98,78</b> | <b>672,88</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |       |                                       |            |              |              | <b>8,23</b>  |               |

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование  | Выход гр.  | Пищевая ценность |              |               |               |
|------------------|-----------|---|------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                  |           |   |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккал          |
| Таб.№24/96       | 10235     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное  | 90         | 0,36             | 0,36         | 10,17         | 45,36         |
| 138/96           | 169       | Суп картофельный с горохом<br>Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200        | 4,83             | 4,41         | 15,87         | 122,49        |
| ТТК              | 18867     | Рис оригинальный с мясом птицы<br>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        |
| ТТК              | 20628     | Напиток из апельсинов п.с.<br>Вода / Апельсины свежие / Сахар песок   | 200        | 0,20             | 0,04         | 16,75         | 68,20         |
| Пром             | 350       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 50         | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,20        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>740</b> | <b>26,60</b>     | <b>20,83</b> | <b>109,28</b> | <b>730,95</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>9,11</b>   |               |

Стоимость рациона: 114,91 руб.

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование  | Выход гр.  | Пищевая ценность |              |               |               |
|------------------|-----------|---|------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                  |           |   |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккал          |
| Таб.№24/96       | 10235     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное  | 90         | 0,36             | 0,36         | 10,17         | 45,36         |
| 138/96           | 169       | Суп картофельный с горохом<br>Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200        | 4,83             | 4,41         | 15,87         | 122,49        |
| ТТК              | 18867     | Рис оригинальный с мясом птицы<br>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        |
| ТТК              | 20628     | Напиток из апельсинов п.с.<br>Вода / Апельсины свежие / Сахар песок   | 200        | 0,20             | 0,04         | 16,75         | 68,20         |
| ТТК №5,13        | 1110      | Сырная палочка<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное                                       | 50         | 6,35             | 4,90         | 24,39         | 167,06        |
|                  | 3026      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 45         | 3,42             | 0,36         | 22,14         | 105,48        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>785</b> | <b>32,57</b>     | <b>25,69</b> | <b>131,21</b> | <b>886,29</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>10,93</b>  |               |

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       | 10235     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное  | 90         | 0,36             | 0,36         | 10,17         | 45,36         |
| 138/96           | 169       | Суп картофельный с горохом<br>Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200        | 4,83             | 4,41         | 15,87         | 122,49        |
| ТТК              | 18867     | Рис оригинальный с мясом птицы<br>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        |
| ТТК              | 20628     | Напиток из апельсинов п.с.<br>Вода / Апельсины свежие / Сахар песок   | 200        | 0,20             | 0,04         | 16,75         | 68,20         |
| ТТК №5,13        | 1110      | Сырная палочка<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное                                       | 50         | 6,35             | 4,90         | 24,39         | 167,06        |
|                  | 3026      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 45         | 3,42             | 0,36         | 22,14         | 105,48        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>785</b> | <b>32,57</b>     | <b>25,69</b> | <b>131,21</b> | <b>886,29</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>10,93</b>  |               |

**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 рецептов | Код блюда | Наименование  | Выход гр.  | Пищевая ценность |              |               |               |
|------------------|-----------|---|------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                  |           |   |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккал          |
| Таб.№24/96       | 10235     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное  | 90         | 0,36             | 0,36         | 10,17         | 45,36         |
| 138/96           | 169       | Суп картофельный с горохом<br>Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200        | 4,83             | 4,41         | 15,87         | 122,49        |
| ТТК              | 18867     | Рис оригинальный с мясом птицы<br>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        |
| ТТК              | 20628     | Напиток из апельсинов п.с.<br>Вода / Апельсины свежие / Сахар песок   | 200        | 0,20             | 0,04         | 16,75         | 68,20         |
| Пром             | 350       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 50         | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,20        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>740</b> | <b>26,60</b>     | <b>20,83</b> | <b>109,28</b> | <b>730,95</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>9,11</b>   |               |

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

| Сборник рецептов       | Код блюда | Наименование   | Выход  | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------------|-----------|--|--------|------------------|-------|----------|--------|
|                        |           |  |        | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| <b>Холодные блюда</b>  |           |  |        |                  |       |          |        |
| Таб.№24/96             | 2549      | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие  | 100    | 1,50             | 0,50  | 21,00    | 94,50  |
|                        | 11843     | Салат из свежих фруктов (яблоко,груша)<br>Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок   | 60     | 0,23             | 0,20  | 15,63    | 65,24  |
| 124 Тольятти 2013      | 7848      | Салат из крабовых палочек с рисом<br>Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Рис / Соль йодированная  | 40     | 1,64             | 6,30  | 3,01     | 75,30  |
| ТТК                    | 11566     | Салат из свеклы с растительным маслом<br>Свекла п/ф / Масло растительное   | 50     | 0,85             | 4,95  | 5,40     | 69,55  |
| Сб.рец.Москва а 2022г. | 2003      | Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус)<br>Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус): (Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная) | 50     | 1,09             | 1,49  | 6,51     | 43,79  |
| <b>Первые блюда</b>    |           |  |        |                  |       |          |        |
| 138/96                 | 169       | Суп картофельный с горохом<br>Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист  | 200    | 4,83             | 4,41  | 15,87    | 122,49 |
| <b>Вторые блюда</b>    |           |  |        |                  |       |          |        |
| ТТК                    | 20408     | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным<br>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                 | 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 |
| ТТК                    | 13432     | Котлета натур.куриная на косточке<br>Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное  | 75     | 18,86            | 22,29 | 0,23     | 276,97 |
| 416/96                 | 9545      | Котлета рубленая из цыплят<br>Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное   | 50     | 8,65             | 2,97  | 7,91     | 92,97  |
| <b>Гарниры и соусы</b> |           |  |        |                  |       |          |        |
| 111/07 ДеЛи принт      | 11592     | Картофель тушеный с луком и томатом<br>Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная   | 150    | 3,42             | 3,87  | 26,64    | 155,07 |
| 464/96                 | 18744     | Каша гречневая вязкая<br>Каша гречневая вязкая: (Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная)   | 180    | 5,49             | 5,99  | 26,55    | 182,11 |
| 469/96                 | 18751     | макаронеры отварные (макар.спагетти)<br>Спагетти (макаронеры) отварные: (Спагетти (макаронеры) / Масло растительное / Соль йодированная)   | 180    | 6,72             | 7,09  | 43,08    | 263,01 |
| <b>Третьи блюда</b>    |           |  |        |                  |       |          |        |
|                        |           | Чай с сахаром  | 200    |                  |       | 14,97    | 66,18  |

### Мучные изделия

|        |       |   |    |      |      |       |        |
|--------|-------|---|----|------|------|-------|--------|
| ТТК    | 13490 | <b>Булочка Косичка с сахаром</b><br>Булочка Косичка с сахаром: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное) | 40 | 3,62 | 1,71 | 27,12 | 138,35 |
| 107/08 | 6559  | <b>Булочка Ванильная</b><br>Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин   | 30 | 2,49 | 2,34 | 17,71 | 101,86 |

### Хлеб

|     |       |   |    |      |      |      |       |
|-----|-------|---|----|------|------|------|-------|
| ТТК | 18152 | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Хлеб пшеничный | 10 | 0,79 | 0,10 | 4,83 | 23,38 |
|-----|-------|---|----|------|------|------|-------|

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производства Котельникова О. А.

Ответственный за питание  
СанПин 2.3/2.3.1.001-20



Россия, 445043, Самарская область, Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru