



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 16.02.2023

МБУ "Гимназия № 35"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	90	14,80	0,81	0,18	7,29	34,02
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное) / 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)	50/30	36,00	8,93	8,26	9,65	148,66
469/96;516/3/04	1669	Макаронны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96;685/2004	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	15288	Батон в ассортименте Батон	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34
Итого:			540	67,80	17,89	13,57	78,21	506,49
Итого ХЕ:					6,52			

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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	5532	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	160	25,86	1,44	0,32	12,96	60,48
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное) / 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)	50/30	36,00	8,93	8,26	9,65	148,66
469/96;516/3/04	1669	Макаронны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96;685/2004	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	15288	Батон в ассортименте Батон	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34
Итого:			610	78,86	18,52	13,71	83,88	532,95
Итого ХЕ:					6,99			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	17504	Булочка Десертная (начинка) Булочка Десертная (начинка): (Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Молоко / Мука в/с / Начинка термостабильная в асс. / Сахар песок / Сахарная пудра / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее)	50	13,94	3,84	4,57	24,22	153,40
136/96	15775	Суп картофельный с рисом на кур.бульоне Картофель п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор)	200	14,00	8,56	7,98	17,14	174,63
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	43,00	13,41	4,68	2,69	106,50
482/96;534/04	1497	Капуста свежая тушеная Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очич. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота	150	13,00	3,63	4,36	15,44	115,52
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			740	94,94	33,66	22,36	97,98	727,81
Итого ХЕ:					8,17			

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
136/96	15775	Суп картофельный с рисом на кур.бульоне Картофель п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор)	200	14,00	8,56	7,98	17,14	174,63
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	43,00	13,41	4,68	2,69	106,50

482/96:534/04	1497	Капуста свежая тушеная Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота	150	13,00	3,63	4,36	15,44	115,52
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,40	0,68	0,13	3,98	19,81
Итого:			665	79,40	28,33	17,41	64,93	529,72
Итого ХЕ:					5,41			

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
136/96	15775	Суп картофельный с рисом на кур.бульоне Картофель п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор)	200	14,00	8,56	7,98	17,14	174,63
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	43,00	13,41	4,68	2,69	106,50
482/96:534/04	1497	Капуста свежая тушеная Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота	150	13,00	3,63	4,36	15,44	115,52
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,40	0,68	0,13	3,98	19,81
Итого:			665	79,40	28,33	17,41	64,93	529,72
Итого ХЕ:					5,41			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.№24/96	12720	Десерт фруктовый (киви) Киви	90	0,72	0,36	7,29	35,28
	11843	Салат из свежих фруктов (яблоко,груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок	60	0,23	0,20	15,63	65,24
ТТК	11530	Салат из свеклы с огурцами солеными (зелен.горошек) Свекла п/ф / Огурцы соленые / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное	60	1,12	3,00	5,39	53,04
ТТК	10838	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой: (Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная 1)	60	1,19	2,42	6,49	52,50
Первые блюда							
136/96	15775	Суп картофельный с рисом на кур.бульоне Картофель п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор)	200	8,56	7,98	17,14	174,63
Вторые блюда							
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное	40/40	9,12	23,78	3,78	265,60
	18453	Котлета рубленая из цыплят Котлета рубленая из цыплят (котлет. мясо птиц): (Котлетное мясо птицы / Хлеб в ассортименте / Молоко / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Масло сливочное)	75	12,98	4,46	11,86	139,46
ТТК	6875	Шашлык из филе цыплят Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус для школьного питания	40	8,07	7,11	8,00	128,27
Гарниры и соусы							
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	12835	Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее)	30	2,59	0,70	16,96	84,50
ТТК	13487	Булочка Загадка Булочка Загадка (мак): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Мак / Масло растительное)	30	2,87	1,21	19,72	101,25
Хлеб							
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	0,70	0,11	4,33	21,11

