



Согласовано:

Директор МБУ "Гимназия № 35"

МБУ

«Гимназия»

Л.М. Сураева

**МЕНЮ**

на 16.05.2026

МБУ "Гимназия № 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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	5992	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	90	0,36	0,36	8,82	39,96
682/96	2037	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/30	10,44	10,88	61,09	384,04
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Итого:</b>			<b>465</b>	<b>17,55</b>	<b>18,16</b>	<b>97,73</b>	<b>630,85</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>8,14</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
Таб. №24/96	5992	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	90	0,36	0,36	8,82	39,96
682/96	2037	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/30	10,44	10,88	61,09	384,04
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Итого:</b>			<b>465</b>	<b>17,55</b>	<b>18,16</b>	<b>97,73</b>	<b>630,85</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>8,14</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
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс.	30/30	10,10	2,82	2,06	74,00
469/96	18417	Макароны отварные Макароны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>670</b>	<b>21,53</b>	<b>14,78</b>	<b>86,89</b>	<b>572,98</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,24</b>	

**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
ТТК	18323	Желе из ягод замороженных Вода / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Желатин	65	0,38	0,02	12,87	53,19
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	2,43	4,63	12,02	99,47

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
469/96	18417	Макаронны отварные Макаронны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	4,31	1,17	28,26	140,81
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>805</b>	<b>27,00</b>	<b>22,04</b>	<b>128,61</b>	<b>827,09</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>10,72</b>	

### Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

#### Холодные блюда

ТТК	17396	Желе из ягоды Вода / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Желатин	100	0,57	0,04	19,79	81,78
ТТК	17948	Салат из моркови с сахаром (молодая) Салат из моркови с сахаром (молодая): (Морковь свежая молодая / Сахар песок)	50	0,06		5,18	21,00
49/2013	18517	Салат "Ароматный" Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Масло растительное / Вода / Соль йодированная / Лимонная кислота	50	0,05	5,00	0,12	45,66
53/97	7894	Редис с маслом Редис свежий / Масло растительное / Соль йодированная	50	0,52	9,94	1,48	97,46
87/2013	8624	Салат "Школьный" с маслом раст. Свекла п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Лук репчатый п/ф	50	0,88	3,01	3,86	46,05

#### Первые блюда

№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
----------	------	--	-----	------	------	-------	-------

#### Вторые блюда

682/96	2520	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	150/30	14,61	15,09	83,34	527,61
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;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,64	6,74	7,80	126,42

#### Гарниры и соусы

240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
469/96	18417	Макаронны отварные Макаронны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
466/96;512/3/2004	18749	Рис припущенный Рис припущенный: (Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная)	180	4,46	5,20	46,71	251,51

#### Третье блюда

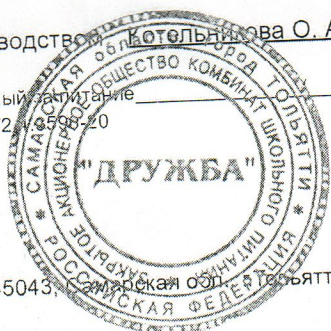
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
----------	-----	---	-----	--	--	-------	-------

#### Мучные изделия

ТТК	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
ТТК	12835	Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	30	2,59	0,70	16,96	84,50

Зав.производство Котельникова О. А.

Ответственный за предприятие  
СанПиН 2.3/2.1.3598-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru