



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 20.04.2023

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
Таб.№24/96	7016	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	175	19,81	0,70	0,70	17,15	77,70
Таб 24/96	6378	Каша молочная гречневая вязкая с маслом Крупа гречневая / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло сливочное / Вода	200/5	31,00	9,12	8,64	33,33	247,56
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
ТТК	19307	Йогурт Фруате Йогурт Фруате 125гр	125	29,00	2,80	2,50	15,00	93,70
Итого:			705	85,81	12,68	11,90	78,86	473,26
Итого ХЕ:					6,57			

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
Таб.№24/96	7016	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	175	19,00	0,70	0,70	17,15	77,70
Таб 24/96	6378	Каша молочная гречневая вязкая с маслом Крупа гречневая / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло сливочное / Вода	200/5	31,00	9,12	8,64	33,33	247,56
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
ТТК	19307	Йогурт Фруате Йогурт Фруате 125гр	125	29,00	2,80	2,50	15,00	93,70
ТТК	1202	Булочка Десертная (повидло) Мука в/с / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Повидло / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахарная пудра / Вода	50	11,87	3,90	3,72	32,17	177,76
Итого:			755	96,87	16,58	15,62	111,03	651,02
Итого ХЕ:					9,25			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	15,95	0,36	0,05	0,97	5,77
ТТК	18501	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	95	15,00	0,86	0,19	7,70	35,91
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота	200	12,00	0,26	0,11	25,88	105,55
ТТК	7335	Булочка Десертная (повидло) Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Сахар песок / Молоко / Повидло / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок	30	7,00	2,32	2,08	19,13	104,52
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			825	112,95	23,44	18,05	130,77	779,25
Итого ХЕ:					10,90			

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
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29

697/97	7820	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота	200	12,00	0,26	0,11	25,88	105,55
ТТК	7335	Булочка Десертная (повидло) Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Сахар песок / Молоко / Повидло / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок	30	7,00	2,32	2,08	19,13	104,52
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,40	0,70	0,11	4,33	21,11
Итого:			640	79,40	19,23	17,39	104,18	650,15
Итого ХЕ:					8,68			

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
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота	200	12,00	0,26	0,11	25,88	105,55
ТТК	7335	Булочка Десертная (повидло) Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Сахар песок / Молоко / Повидло / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок	30	7,00	2,32	2,08	19,13	104,52
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,40	0,70	0,11	4,33	21,11
Итого:			640	79,40	19,23	17,39	104,18	650,15
Итого ХЕ:					8,68			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
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
ТТК	17884	Салат из свежих фруктов (киви,яблоко) Киви / Яблоко свежее местное / Сахар песок	50	0,29	0,19	14,24	59,84
59/97	6776	Салат картофельный с солёными огурцами Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Соус для детей от 3лет в асс.	50	0,91	5,13	4,85	69,21
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Соус для детей от 3лет в асс. / Кукуруза консервированная	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
Первые блюда							
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26
Вторые блюда							
	13422	Поджарка из филе цыплят Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Филе куриное охл.	40/15	8,92	14,44	10,11	206,08
ТТК	16713	Котлета натуральная панированная Свинина б/х(карбонад) / Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1	50	2,75	8,92	11,22	136,12
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	20,21	13,70	34,41	342,00
Гарниры и соусы							
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
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	8993	Булочка Золотистая Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Молоко / Повидло / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное	30	2,51	2,51	18,11	105,07
ТТК	13464	Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус для детей от 3лет в асс. / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное)	30	2,73	1,84	20,75	110,48
Хлеб							
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	0,68	0,13	3,98	19,81
Итого:			100,00				

Зав.производство Хмельникова О.А.

Ответственный за питание
СанПиН 2.3.6.390-20

