



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 20.11.2024

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 рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 16310 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное | 140 | 20,00 | 0,56 | 0,56 | 13,72 | 62,16 |
| УКС | 20328 | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная | 100/10 | 46,00 | 14,72 | 7,19 | 33,99 | 259,55 |
| | 315 | Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) | 200 | 2,00 | | | | |
| ТТК | 10792 | Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 6,58 | 4,55 | 3,06 | 34,59 | 184,10 |
| Итого: | | | 500 | 74,58 | 19,83 | 10,81 | 82,30 | 505,81 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,86 | | | |

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 16310 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное | 140 | 20,00 | 0,56 | 0,56 | 13,72 | 62,16 |
| УКС | 20328 | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная | 100/10 | 46,00 | 14,72 | 7,19 | 33,99 | 259,55 |
| | 315 | Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) | 200 | 2,00 | | | | |
| ТТК | 10792 | Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 6,75 | 4,55 | 3,06 | 34,59 | 184,10 |
| ТТК | 1202 | Булочка Десертная (повидло) Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 12,00 | 3,90 | 3,72 | 32,17 | 177,76 |
| Итого: | | | 550 | 86,75 | 23,73 | 14,53 | 114,47 | 683,57 |
| Итого ХЕ: | | | | | 9,54 | | | |

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 16310 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное | 140 | 20,00 | 0,56 | 0,56 | 13,72 | 62,16 |
| УКС | 20328 | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная | 100/10 | 46,00 | 14,72 | 7,19 | 33,99 | 259,55 |
| | 315 | Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) | 200 | 2,00 | | | | |
| ТТК | 10792 | Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 6,75 | 4,55 | 3,06 | 34,59 | 184,10 |
| ТТК | 1202 | Булочка Десертная (повидло) Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 12,00 | 3,90 | 3,72 | 32,17 | 177,76 |
| Итого: | | | 550 | 86,75 | 23,73 | 14,53 | 114,47 | 683,57 |
| Итого ХЕ: | | | | | 9,54 | | | |

Витаминация .

Завтрак бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс; ОВЗ с 1 по 4 класс; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак); Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|------|----------|-------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| ТТК | 20279 | Мармелад жевательный Бегемоты 30г.в асс. Мармелад жевательный Бегемоты 30г.в асс.(1/90) | 30 | 19,81 | 1,50 | 0,06 | 21,30 | 91,74 |
| Итого: | | | 30 | 19,81 | 1,50 | 0,06 | 21,30 | 91,74 |
| Итого ХЕ: | | | | | 1,78 | | | |

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 |
| 138/96 | 15249 | Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суловой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 14,00 | 11,31 | 9,48 | 15,80 | 193,72 |

| | | | | | | | | |
|------------------|-------|--|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 423/96 | 1186 | Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 60/30 | 47,00 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 |
| 472/96 | 145 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 15,00 | 2,20 | 3,44 | 14,70 | 98,56 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 4,60 | | | 14,97 | 66,18 |
| пп | 12649 | Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте | 20 | 2,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 |
| Итого: | | | 610 | 82,60 | 23,70 | 26,35 | 63,66 | 592,85 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,30 | | | |

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 |
| 138/96 | 15249 | Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 14,00 | 11,31 | 9,48 | 15,80 | 193,72 |
| 423/96 | 1186 | Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 60/30 | 47,00 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 |
| 472/96 | 145 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 15,00 | 2,20 | 3,44 | 14,70 | 98,56 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 4,60 | | | 14,97 | 66,18 |
| пп | 12649 | Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте | 20 | 2,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 |
| Итого: | | | 610 | 82,60 | 23,70 | 26,35 | 63,66 | 592,85 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,30 | | | |

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. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб. №24/96 | 5968 | Огурец свежий Огурец свежий | 40 | 14,00 | 0,29 | 0,04 | 0,78 | 4,64 |
| 138/96 | 15249 | Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 14,00 | 11,31 | 9,48 | 15,80 | 193,72 |
| 423/96 | 1186 | Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 60/30 | 47,00 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 22,00 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 4,46 | | | 14,97 | 66,18 |
| ТТК | 17504 | Булочка Десертная (начинка) Булочка Десертная: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Начинка термостабильная в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Дрожжи прессованные / Сахарная пудра / Соль йодированная) | 50 | 15,00 | 3,84 | 4,57 | 24,22 | 153,40 |
| пп | 1561 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 25 | 3,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |
| пп | 12649 | Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте | 20 | 2,00 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 |
| Итого: | | | 775 | 121,46 | 30,64 | 32,83 | 105,97 | 848,17 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,83 | | | |

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 рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб. №24/96 | 10938 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее | 60 | 9,00 | 0,24 | 0,24 | 5,88 | 26,64 |
| 138/96 | 15249 | Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 14,00 | 11,31 | 9,48 | 15,80 | 193,72 |
| 423/96 | 1186 | Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 60/30 | 47,00 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 22,00 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 5,43 | | | 14,97 | 66,18 |
| пп | 198 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 35 | 4,00 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 |
| пп | 1561 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 25 | 3,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |
| Итого: | | | 760 | 104,43 | 27,88 | 28,58 | 94,23 | 751,92 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,85 | | | |

Витаминизация

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции (первая смена); ОБЗ с 1 по 4 класс; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся во вторую смену (обед); Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции (вторая смена)

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|--------------|------------------|-------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| ТТК | 20278 | Батончик Корнлайн зерновой 30 гр. в асс <small>Батончик Корнлайн 30 гр. в асс.(1/18)</small> | 30 | 19,81 | 1,80 | 6,60 | 18,60 | 141,00 |
| Итого: | | | 30 | 19,81 | 1,80 | 6,60 | 18,60 | 141,00 |
| Итого ХЕ: | | | | | 1,55 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|------------------------|-----------|---|---------------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| | 10921 | Виноград свежий <small>Виноград свежий в асс.</small> | 65 | 0,41 | 0,41 | 10,41 | 46,91 |
| ТТК | 7663 | Салат из моркови с сахаром <small>Морковь свежая п/ф / Сахар песок</small> | 100 | 1,25 | 0,10 | 11,71 | 52,74 |
| №71/2004 | 129 | Винегрет овощной <small>Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная</small> | 100 | 1,63 | 10,04 | 8,38 | 130,40 |
| Сб.рец.Москва 2022г. | 2008 | Салат Зеленый с ветчиной <small>Салат Зеленый с ветчиной. (Капуста пекинская / Изделие кулинарное мясное Масло прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень)</small> | 50 | 0,43 | 5,25 | 0,54 | 51,15 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 138/96 | 15249 | Суп картофельный с горохом на кур.бульоне <small>Бульон куриный (суп-набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист</small> | 200 | 11,31 | 9,48 | 15,80 | 193,72 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| ТТК | 2380 | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным <small>Яйцо свежее / творог / Молоко сгущенное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная</small> | 100/20 | 15,34 | 17,21 | 41,73 | 383,17 |
| 439/96 | 2028 | Цыплята отварные <small>Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист</small> | 75 | 17,43 | 14,98 | 0,21 | 205,38 |
| 401/96 | 18931 | Гуляш из цыплят в томатном соусе <small>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</small> | 40/40 | 10,88 | 8,89 | 2,65 | 134,11 |
| 416/96 | 17305 | Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая <small>Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая. (Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)</small> | 75 | 9,81 | 20,18 | 11,70 | 267,62 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 111/07 ДеЛи принт | 11592 | Картофель тушеный с луком и томатом <small>Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная</small> | 150 | 3,42 | 3,87 | 26,64 | 155,07 |
| 460/2013 Самар.обл. | 6069 | Рис отварной с овощами <small>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная</small> | 150 | 3,72 | 5,51 | 37,12 | 212,90 |
| 469/96:516/3/04 | 1669 | Макаронные изделия <small>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная</small> | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| Третьи блюда | | | | | | | |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок</small> | 200 | | | 14,97 | 66,18 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| ТТК | 8993 | Булочка Золотистая <small>Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное</small> | 30 | 2,51 | 2,51 | 18,11 | 105,07 |
| ТТК | 5100 | Булочка Загадка <small>Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена</small> | 50 | 4,77 | 2,02 | 32,87 | 168,74 |
| Хлеб | | | | | | | |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small> | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| ПП | 1561 | Хлеб ржаной <small>Хлеб ржаной</small> | 25 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |
| Итого: | | | 130,00 | | | | |

Зав.производство Астельникова О.А.

Ответственный СанПин 2.3/2



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

E-mail: eda0910@mail.ru