



МЕНЮ

на 21.04.2023

МБУ "Гимназия № 35"



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

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			Ккалл
					Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Батон	20/25	15,81	2,10	1,13	12,85	69,99
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	12,00	0,44	0,44	10,78	48,84
ТТК	17928	Блинчики с молоком гущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко гущенное	135/15	41,00	7,57	10,87	38,11	280,57
773/97:705/200 4	314	Отвар шиповника с сахаром Шиповник / Сахар песок / Вода	200	17,00	0,68	0,28	29,62	123,72
Итого:			505	85,81	10,79	12,73	91,36	523,13
Итого ХЕ:					7,61			

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			Ккалл
					Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Батон	20/25	15,87	2,10	1,13	12,85	69,99
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	12,00	0,44	0,44	10,78	48,84
ТТК	17928	Блинчики с молоком гущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко гущенное	135/15	41,00	7,57	10,87	38,11	280,57
773/97:705/200 4	314	Отвар шиповника с сахаром Шиповник / Сахар песок / Вода	200	17,00	0,68	0,28	29,62	123,72
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	11,00	3,95	6,56	31,06	199,08
Итого:			555	96,87	14,74	19,29	122,42	722,21
Итого ХЕ:					10,20			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			Ккалл
					Белки	Жиры	Углеводы	
Таб.№24/96	6755	Огурец свежий Огурец свежий	45	14,95	0,32	0,05	0,87	5,21
Таб.№24/96	16252	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	95	15,00	1,49	0,50	20,79	93,56
№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Фасоль / Лавровый лист / Зелень / Картофель п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	19,00	1,52	4,18	8,57	77,98
ТТК, акт 10/12/18г.	17308	Котлета Веста рыбная из минтая, филе кур. СМР Минтай п/ф пбг / Филе куриное зам. / Морковь свежая п/ф / Хлеб в ассортименте / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1	50	32,00	5,45	3,60	5,49	76,12
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	19,00	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	13514	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Вода	30	3,00	2,55	1,91	18,77	102,47
тк	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			805	112,95	17,34	15,59	105,78	632,81
Итого ХЕ:					8,82			

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			Ккалл
					Белки	Жиры	Углеводы	
№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Фасоль / Лавровый лист / Зелень / Картофель п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	19,00	1,52	4,18	8,57	77,98
ТТК, акт 10/12/18г.	17308	Котлета Веста рыбная из минтая, филе кур. СМР Минтай п/ф пбг / Филе куриное зам. / Морковь свежая п/ф / Хлеб в ассортименте / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1	50	32,00	5,45	3,60	5,49	76,12
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	19,00	3,30	4,98	22,06	146,26
628/96:685/200 4	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	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,40	1,70	0,33	9,95	49,57
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			650	79,40	14,87	13,54	73,34	474,70
Итого ХЕ:					6,11			

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	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Фасоль / Лавровый лист / Зелень / Картофель п/ф / Бульон куриный (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор)	200	19,00	1,52	4,18	8,57	77,98
ТТК, акт 10/12/18г	17308	Котлета Веста рыбная из минтая, филе кур. СМР Минтай п/ф п/г / Филе куриное зам. / Морковь свежая п/ф / Хлеб в ассортименте / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1	50	32,00	5,45	3,60	5,49	76,12
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	19,00	3,30	4,98	22,06	146,26
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	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,40	1,70	0,33	9,95	49,57
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			650	79,40	14,87	13,54	73,34	474,70
Итого ХЕ:					6,11			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Таб. №24/96	16252	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	95	1,49	0,50	20,79	93,56
ТТК	6958	Салат из свежих фруктов (яблоко, апельс.) Яблоко свежее / Апельсины свежие / Сахар песок	60	0,45	0,19	15,79	66,67
124 Тольятти 2013	7848	Салат из крабовых палочек с рисом Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Рис / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Соус для детей от 3 лет в асс.	40	1,64	6,30	3,01	75,30
Таб. №24/96	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	0,36	0,05	0,97	5,77
ТТК	19733	Бутерброд с Ломтиком куриным (батон) Изделие кулинарное мясное Ломтик куриный / Батон	20/20	5,99	1,47	10,28	78,31

Первые блюда

№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Фасоль / Лавровый лист / Зелень / Картофель п/ф / Бульон куриный (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор)	200	1,52	4,18	8,57	77,98
----------	-----	---	-----	------	------	------	-------

Вторые блюда

240/02	17305	Котлета рубленая из окорока запеченная Котлета рубленая из окорока запеченная: (Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
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	13,41	4,68	2,69	106,50
430/96	2393	Запеканка картофельная с мясом Картофель(очищенный) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное	121	10,71	9,32	21,78	213,84

Гарниры и соусы

469/96;516/3/04	1669	Макаронны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
-----------------	------	--	-----	------	------	-------	--------

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	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Вода	30	2,55	1,91	18,77	102,47

Хлеб

пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	1,99	0,20	12,30	58,96

Итого: 100,00

Зав.производства _____ Зетельникова О. А.

Ответственный за питание
СанПин 2.3.2.1.390-20

