



Согласовано:  
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

## МЕНЮ

на 21.10.2023

МБУ "Гимназия № 35"

**Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых относится к категории лиц, принимающих участие в специальной военной операции**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование  | Выход гр.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |               | Ккалл         |
|------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                  |           |   |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |               |
| Таб. №25/96      | 1650      | Сыр порционный<br>Сыр   | 20         | 18,00        | 4,87             | 6,20         |               | 75,28         |
| пп               | 15228     | Батон в ассортименте<br>Батон   | 35         | 4,00         | 2,63             | 1,02         | 17,99         | 91,60         |
| 682/96           | 475       | Оладьи со сгущенным молоком<br>Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное      | 100/20     | 25,00        | 9,74             | 10,03        | 55,55         | 351,43        |
| ТТК              | 13783     | Морс клюквенный<br>Вода / Концентрат клюкв.   | 200        | 15,00        |                  |              | 16,80         | 67,20         |
| ТТК              | 13440     | Рачки с маком<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное / Мак семена / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное | 50         | 16,86        | 3,66             | 4,96         | 28,96         | 175,12        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>425</b> | <b>78,86</b> | <b>20,90</b>     | <b>22,21</b> | <b>119,30</b> | <b>760,63</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>9,94</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.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |              | Ккалл         |
|---------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                     |           |  |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     |               |
| 151/96              | 15764     | Суп лапша домашняя на кур. бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное | 200        | 11,00        | 11,18            | 12,32        | 11,46        | 201,39        |
| 401/96              | 18931     | Гуляш из цыплят в томатном соусе<br>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      | 48,00        | 10,88            | 8,89         | 2,65         | 134,11        |
| 465/96;511/3/04     | 254       | Рис отварной<br>Рис / Масло растительное / Соль йодированная   | 100        | 11,00        | 2,52             | 4,86         | 26,64        | 160,34        |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200        | 5,00         | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| пп                  | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 25         | 2,00         | 1,99             | 0,20         | 12,30        | 58,96         |
| пп                  | 1561      | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной   | 25         | 2,40         | 1,70             | 0,33         | 9,95         | 49,57         |
| <b>Итого:</b>       |           |  | <b>630</b> | <b>79,40</b> | <b>29,27</b>     | <b>26,85</b> | <b>77,97</b> | <b>670,54</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |  |            |              | <b>6,50</b>      |              |              |               |

**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 |              |              | Ккалл         |
|---------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                     |           |  |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     |               |
| 151/96              | 15764     | Суп лапша домашняя на кур. бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное | 200        | 11,00        | 11,18            | 12,32        | 11,46        | 201,39        |
| 401/96              | 18931     | Гуляш из цыплят в томатном соусе<br>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      | 48,00        | 10,88            | 8,89         | 2,65         | 134,11        |
| 465/96;511/3/04     | 254       | Рис отварной<br>Рис / Масло растительное / Соль йодированная   | 100        | 11,00        | 2,52             | 4,86         | 26,64        | 160,34        |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200        | 5,00         | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| пп                  | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 25         | 2,00         | 1,99             | 0,20         | 12,30        | 58,96         |
| пп                  | 1561      | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной   | 25         | 2,40         | 1,70             | 0,33         | 9,95         | 49,57         |
| <b>Итого:</b>       |           |  | <b>630</b> | <b>79,40</b> | <b>29,27</b>     | <b>26,85</b> | <b>77,97</b> | <b>670,54</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |  |            |              | <b>6,50</b>      |              |              |               |

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

| Сборник рецептур      | Код блюда | Наименование   | Выход   | Пищевая ценность |       |          | Ккалл  |
|-----------------------|-----------|--|---------|------------------|-------|----------|--------|
|                       |           |  |         | Белки            | Жиры  | Углеводы |        |
| <b>Холодные блюда</b> |           |  |         |                  |       |          |        |
| Таб. №24/96           | 7092      | Десерт фруктовый (мандарин)<br>Мандарины свежие  | 90      | 0,72             | 0,18  | 6,75     | 31,50  |
|                       | 11843     | Салат из свежих фруктов (яблоко, груша)<br>Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок  | 60      | 0,23             | 0,20  | 15,63    | 65,24  |
| ТТК                   | 14136     | Яйцо под соусом с зеленым горошком<br>Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус для детей от Злет в асс.   | 1/10/10 | 5,84             | 11,33 | 1,65     | 131,93 |
| 42/97                 | 10364     | Салат из свежих помидоров со сладким перцем<br>Помидор свежий / Перец болгарский / (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная                                 | 80      | 0,94             | 4,08  | 4,43     | 58,20  |
| <b>Первые блюда</b>   |           |  |         |                  |       |          |        |
| 151/96                | 15764     | Суп лапша домашняя на кур. бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное | 200     | 11,18            | 12,32 | 11,46    | 201,39 |
| <b>Вторые блюда</b>   |           |  |         |                  |       |          |        |

|        |       |  |        |       |       |       |        |
|--------|-------|--|--------|-------|-------|-------|--------|
| 682/96 | 2520  | <b>Оладьи со сгущенным молоком</b><br>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 | <b>Гуляш из цыплят в томатном соусе</b><br>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 |
| ТТК    | 18963 | <b>Котлета куриная "Пожарская"</b><br>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное   | 70     | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 393/97 | 19902 | <b>Изделие кулинарное мясное отварные рулетики Сплетти</b><br>Изделие кулинарное мясное Рулетики Сплетти   | 50     | 5,61  | 9,69  | 1,02  | 113,73 |

#### Гарниры и соусы

|        |       |  |     |      |       |       |        |
|--------|-------|--|-----|------|-------|-------|--------|
| ТТК    | 17879 | <b>Рис Весенний (смесь Мексиканская)</b><br>Рис Весенний: (Смесь овощная Мексиканская замороз. / Вода / Рис / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Приправа в асс.)   | 150 | 2,16 | 4,22  | 20,59 | 129,02 |
| 415/96 | 18756 | <b>Рагу овощное с соусом томатным</b><br>Рагу овощное с соусом томатным: (Картофель п/ф / 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) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист) | 180 | 3,05 | 10,32 | 19,83 | 184,39 |

#### Третьи блюда

|                     |     |   |     |      |      |       |       |
|---------------------|-----|---|-----|------|------|-------|-------|
| 628/96;685/200<br>4 | 259 | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
|---------------------|-----|---|-----|------|------|-------|-------|

#### Мучные изделия

|          |       |   |    |      |      |       |        |
|----------|-------|---|----|------|------|-------|--------|
| 614/2012 | 13439 | <b>Булочка Ароматная</b><br>Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная | 50 | 4,56 | 5,19 | 33,24 | 197,91 |
| ТТК      | 1202  | <b>Булочка Десертная (повидло)</b><br>Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная          | 50 | 3,90 | 3,72 | 32,17 | 177,76 |
| №769/04  | 342   | <b>Булочка Домашняя</b><br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное                                    | 50 | 3,95 | 6,56 | 31,06 | 199,08 |

#### Хлеб

|    |       |  |    |      |      |       |       |
|----|-------|--|----|------|------|-------|-------|
| пп | 13185 | <b>Хлеб ржаной</b><br>Хлеб ржаной            | 30 | 2,04 | 0,39 | 11,94 | 59,43 |
| пп | 17037 | <b>Хлеб Городской</b><br>Хлеб в ассортименте | 35 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |

Итого: 130,00

Зав.производства Котельникова О. А.

Ответственный  
СанПИН 2.3/2



Россия, 445043, Самарская область, г.Сызрань, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru