



Согласовано:

Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 23.10.2023

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 №25/96 | 2311 | Сыр порционный Сыр | 15 | 14,00 | 3,69 | 4,69 | | 56,97 |
| Таб.№24/96 | 7092 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 90 | 19,00 | 0,72 | 0,18 | 6,75 | 31,50 |
| Таб 24/96 | 9829 | Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5 | 26,00 | 6,27 | 7,84 | 33,76 | 230,68 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 4,80 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| пп | 15228 | Батон в ассортименте Батон | 35 | 4,00 | 2,63 | 1,02 | 17,99 | 91,60 |
| Итого: | | | 545 | 67,80 | 14,31 | 13,98 | 73,47 | 476,92 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,12 | | | |

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 | | | |
|---------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб №25/96 | 2311 | Сыр порционный Сыр | 15 | 14,00 | 3,69 | 4,69 | | 56,97 |
| Таб.№24/96 | 7092 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 90 | 19,00 | 0,72 | 0,18 | 6,75 | 31,50 |
| Таб 24/96 | 9829 | Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5 | 26,00 | 6,27 | 7,84 | 33,76 | 230,68 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 4,86 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| пп | 15228 | Батон в ассортименте Батон | 35 | 4,00 | 2,63 | 1,02 | 17,99 | 91,60 |
| ТТК | 1202 | Булочка Десертная (повидло) 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 | 11,00 | 3,90 | 3,72 | 32,17 | 177,76 |
| Итого: | | | 595 | 78,86 | 18,21 | 17,70 | 105,64 | 654,68 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,80 | | | |

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 | 1894 | Огурец соленый Огурцы соленые | 30 | 5,94 | 0,27 | 0,03 | 0,57 | 3,63 |
| 139/96 | 15769 | Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 16,00 | 9,38 | 8,11 | 16,93 | 178,22 |
| ТТК | 18963 | Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 45,00 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 464/96 | 3714 | Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 13,00 | 4,58 | 4,81 | 22,12 | 150,09 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200 | 7,00 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| пп | 17037 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 35 | 3,00 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| №769/04 | 11807 | Булочка Домашняя Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная) | 30 | 5,00 | 2,36 | 3,87 | 18,52 | 118,35 |
| Итого: | | | 715 | 94,94 | 30,98 | 29,28 | 97,05 | 775,63 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,09 | | | |

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 |
| 139/96 | 15769 | Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 16,00 | 9,38 | 8,11 | 16,93 | 178,22 |
| ТТК | 18963 | Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 45,00 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 464/96 | 1958 | Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 9,00 | 3,05 | 3,33 | 14,75 | 101,17 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200 | 6,40 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| пп | 198 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 35 | 3,00 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 |
| Итого: | | | 605 | 79,40 | 27,03 | 23,80 | 72,65 | 612,89 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,05 | | | |

для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

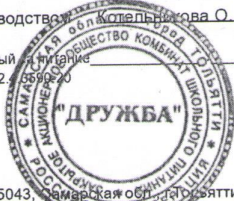
| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| 139/96 | 15769 | Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 16,00 | 9,38 | 8,11 | 16,93 | 178,22 |
| ТТК | 18963 | Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 45,00 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 464/96 | 1958 | Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 9,00 | 3,05 | 3,33 | 14,75 | 101,17 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200 | 6,40 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| ПП | 198 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 35 | 3,00 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 |
| Итого: | | | 605 | 79,40 | 27,03 | 23,80 | 72,65 | 612,89 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,05 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|------------------------|-----------|--|---------------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| | 10921 | Виноград свежий Виноград свежий | 65 | 0,41 | 0,41 | 10,41 | 46,91 |
| №203/96 | 8753 | Тыква отварная с сахаром Тыква / Сахар песок / Соль йодированная | 50/2,5 | 0,86 | 0,09 | 6,28 | 29,37 |
| 617/96 | 11251 | Яблоки печёные с сахаром Яблоко свежее / Сахар песок / Сахар песок | 55/10 | 0,26 | 0,26 | 26,43 | 109,10 |
| ТТК | 8980 | Салат из моркови с сахаром Салат из моркови с сахаром: (Морковь свежая п/ф / Сахар песок) | 60 | 0,75 | 0,06 | 7,03 | 31,66 |
| 29/96 | 2110 | Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла п/ф / Сыр / Соус для детей от Злет в асс. / Чеснок | 50 | 2,71 | 7,39 | 4,38 | 94,87 |
| №55/2004 | 13969 | Салат картофельный с сельдью Салат картофельный с сельдью: (Салат картофельный: (Картофель(очищенный) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное) / Сельдь соленая) | 50 | 4,28 | 7,92 | 5,47 | 110,28 |
| 36/97 | 8453 | Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Салат из свежих огурцов с салатной заправкой: (Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)) | 60 | 0,35 | 3,02 | 1,55 | 34,78 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 139/96 | 15769 | Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200 | 9,38 | 8,11 | 16,93 | 178,22 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| ТТК | 19353 | Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени отварные с курицей, с маслом : (Пельмени "МЕ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист) | 200 | 22,45 | 15,51 | 38,22 | 382,34 |
| 403/96 | 19911 | Плов из свинины Рис / Свинина б/к (лопатка) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 30/150 | 4,67 | 8,30 | 39,99 | 253,32 |
| 401/96 | 11664 | Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная | 40/40 | 12,20 | 14,10 | 2,54 | 185,86 |
| | 18453 | Котлета рубленая из цыплят Котлета рубленая из цыплят: (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное) | 75 | 12,98 | 4,46 | 11,86 | 139,46 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| Третьи блюда | | | | | | | |
| 628/96;685/2004 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| ТТК | 19748 | Пицца Школьная с мясом прессованным Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус для детей от Злет в асс. / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная | 50 | 3,97 | 5,33 | 17,58 | 134,20 |
| ТТК | 13440 | Рачки с маком Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное / Мак семена / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное | 50 | 3,66 | 4,96 | 28,96 | 175,12 |
| ТТК №5,13 | 1110 | Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное | 50 | 6,35 | 4,90 | 24,39 | 167,06 |
| Хлеб | | | | | | | |
| ПП | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| ТТК | 18449 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 10 | 0,68 | 0,13 | 3,98 | 19,81 |
| Итого: | | | 130,00 | | | | |

Зав.производства: Котельникова О.А.

Ответственный за питание:
СанПиН 2.3/2.1.3698-20



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