



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 24.01.2025

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 рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб. №24/96 | 11422 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее | 75 | 11,00 | 0,30 | 0,30 | 7,35 | 33,30 |
| ТТК | 19887 | Рис оригинальный с мясом птицы Котлетное мясо птицы / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная | 40/150 | 54,00 | 14,75 | 14,29 | 41,67 | 354,32 |
| №629/96 | 264 | Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 8,68 | 0,08 | 0,01 | 15,21 | 61,25 |
| Пром | 350 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 50 | 5,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 |
| Итого: | | | 515 | 78,68 | 18,93 | 15,00 | 88,83 | 566,07 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,40 | | | |

Завтрак 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 | 9800 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное | 100 | 14,00 | 0,40 | 0,40 | 11,30 | 50,40 |
| ТТК | 18867 | Рис оригинальный с мясом птицы Котлетное мясо птицы / Рис / Лук репчатый / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 50/150 | 64,00 | 17,41 | 15,61 | 41,89 | 377,70 |
| №629/96 | 264 | Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 8,52 | 0,08 | 0,01 | 15,21 | 61,25 |
| Пром | 350 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 50 | 5,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 |
| Итого: | | | 550 | 91,52 | 21,69 | 16,42 | 93,00 | 606,55 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,75 | | | |

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб. 24/96 | 9800 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное | 100 | 14,00 | 0,40 | 0,40 | 11,30 | 50,40 |
| ТТК | 18867 | Рис оригинальный с мясом птицы Котлетное мясо птицы / Рис / Лук репчатый / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 50/150 | 64,00 | 17,41 | 15,61 | 41,89 | 377,70 |
| №629/96 | 264 | Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 8,52 | 0,08 | 0,01 | 15,21 | 61,25 |
| Пром | 350 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 50 | 5,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 |
| Итого: | | | 550 | 91,52 | 21,69 | 16,42 | 93,00 | 606,55 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,75 | | | |

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (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 | 12,00 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |
| ТТК | 18818 | Фрикадельки Посадские куриные в соусе (томат) Фрикадельки Посадские куриные 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) | 75/20 | 52,00 | 8,59 | 7,73 | 10,48 | 145,88 |
| 240/96 | 7309 | Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 20,00 | 3,09 | 6,86 | 25,18 | 174,82 |
| 590/96 | 9878 | Кисель из ягод Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Крахмал картофельный | 200 | 12,17 | 0,23 | 0,09 | 27,06 | 109,97 |
| 107/08 | 6559 | Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин | 30 | 4,00 | 2,49 | 2,34 | 17,71 | 101,86 |
| Пром | 1460 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 50 | 5,00 | 3,40 | 0,65 | 19,90 | 99,05 |
| Пром | 350 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 50 | 5,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 |
| Итого: | | | 775 | 110,17 | 32,78 | 30,39 | 136,38 | 950,17 |
| Итого ХЕ: | | | | | 11,37 | | | |

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 |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (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 | 12,00 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |

| | | | | | | | | |
|------------------|-------|--|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 423/96 | 1186 | Тертели 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 | 48,00 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 |
| 240/96 | 6290 | Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 13,00 | 2,06 | 4,57 | 16,79 | 116,53 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200 | 7,10 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 3,00 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| ПП | 11521 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 40 | 4,00 | 2,72 | 0,52 | 15,92 | 79,24 |
| Итого: | | | 655 | 87,10 | 26,67 | 30,93 | 77,77 | 696,08 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,48 | | | |

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 |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Бульон куриный (суп. набор): (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 | 12,00 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |
| 423/96 | 1186 | Тертели 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 | 48,00 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 |
| 240/96 | 6290 | Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 13,00 | 2,06 | 4,57 | 16,79 | 116,53 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200 | 7,10 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 3,00 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| ПП | 11521 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 40 | 4,00 | 2,72 | 0,52 | 15,92 | 79,24 |
| Итого: | | | 655 | 87,10 | 26,67 | 30,93 | 77,77 | 696,08 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,48 | | | |

Обед 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 | 8079 | Десерт фруктовый (груша) Груша свежая | 90 | 23,00 | 0,36 | 0,27 | 9,27 | 40,95 |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Бульон куриный (суп. набор): (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 | 12,00 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |
| ТТК | 18818 | Фрикадельки Посадские куриные в соусе (томат) Фрикадельки Посадские куриные 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) | 75/20 | 52,00 | 8,59 | 7,73 | 10,48 | 145,88 |
| 240/96 | 7309 | Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 20,00 | 3,09 | 6,86 | 25,18 | 174,82 |
| 590/96 | 9878 | Кисель из ягод Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Крахмал картофельный | 200 | 12,14 | 0,23 | 0,09 | 27,06 | 109,97 |
| Пром | 350 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 50 | 5,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 |
| ПП | 11521 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 40 | 4,00 | 2,72 | 0,52 | 15,92 | 79,24 |
| Итого: | | | 825 | 128,14 | 29,97 | 28,19 | 123,96 | 869,45 |
| Итого ХЕ: | | | | | 10,33 | | | |

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 рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Бульон куриный (суп. набор): (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 | 12,00 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |
| ТТК | 18818 | Фрикадельки Посадские куриные в соусе (томат) Фрикадельки Посадские куриные 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) | 75/20 | 52,00 | 8,59 | 7,73 | 10,48 | 145,88 |
| 240/96 | 7309 | Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 20,00 | 3,09 | 6,86 | 25,18 | 174,82 |
| 590/96 | 9878 | Кисель из ягод Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Крахмал картофельный | 200 | 12,17 | 0,23 | 0,09 | 27,06 | 109,97 |
| 107/08 | 6559 | Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин | 30 | 4,00 | 2,49 | 2,34 | 17,71 | 101,86 |
| Пром | 1460 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 50 | 5,00 | 3,40 | 0,65 | 19,90 | 99,05 |
| Пром | 350 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 50 | 5,00 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 |
| Итого: | | | 775 | 110,17 | 32,78 | 30,39 | 136,38 | 950,17 |
| Итого ХЕ: | | | | | 11,37 | | | |

Холодные блюда

| | | | | | | | |
|-----------------------|-------|---|-----|------|-------|-------|--------|
| ТТК | 18501 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 35,91 |
| | 11843 | Салат из свежих фруктов (яблоко,груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок | 60 | 0,23 | 0,20 | 15,63 | 65,24 |
| Таб.№24/96 | 16252 | Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие | 95 | 1,49 | 0,50 | 20,79 | 93,56 |
| №71/2004 | 129 | Винегрет овощной Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 1,63 | 10,04 | 8,38 | 130,40 |
| Сб.рец. Москва 2022г. | 20030 | Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.); (Лапша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная) | 75 | 0,13 | 4,13 | 0,44 | 39,51 |

Первые блюда

| | | | | | | | |
|--------|-------|--|-----|-------|-------|-------|--------|
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (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 |
|--------|-------|--|-----|-------|-------|-------|--------|

Вторые блюда

| | | | | | | | |
|--------|-------|---|--------|-------|-------|-------|--------|
| 401/96 | 12834 | Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист | 40/40 | 1,50 | 6,03 | 3,78 | 75,44 |
| ТТК | 13432 | Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное | 75 | 18,86 | 22,29 | 0,23 | 276,97 |
| ТТК | 18867 | Рис оригинальный с мясом птицы Котлетное мясо птицы / Рис / Лук репчатый / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 50/150 | 17,41 | 15,61 | 41,89 | 377,70 |
| ТТК | 20290 | Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой п/ф Дана / Масло растительное | 160 | 25,60 | 14,96 | 33,12 | 369,50 |

Гарниры и соусы

| | | | | | | | |
|-------------------|-------|--|-----|-------|------|-------|--------|
| 464/96 | 3714 | Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 4,58 | 4,81 | 22,12 | 150,09 |
| 317.529/97 | 1702 | Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 16,83 | 4,79 | 35,18 | 251,15 |
| 111/07 ДеЛи принт | 11592 | Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная | 150 | 3,42 | 3,87 | 26,64 | 155,07 |

Третьи блюда

| | | | | | | | |
|----------|-------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 698/97 | 15346 | Компот из яблок (местное) Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 0,18 | 0,18 | 28,36 | 115,79 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок | 200 | | | 14,97 | 66,18 |

Мучные изделия

| | | | | | | | |
|-----|-------|---|----|------|------|-------|--------|
| ТТК | 13488 | Булочка Ароматная Булочка Ароматная: (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) | 30 | 2,74 | 3,11 | 19,94 | 118,71 |
| ТТК | 10164 | Булочка с кунжутом Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная | 50 | 4,31 | 1,17 | 28,26 | 140,81 |

Хлеб

| | | | | | | | |
|----|------|----------------------------------|----|------|------|-------|-------|
| пп | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| пп | 1561 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 25 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |

Итого: 137,00

Зав.производства: Котельникова О. А.

Ответственный
СанПИН 2 3/2



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

E-mail: eda0910@mail.ru