

Согласовано:

Директор МБУ "Гимназия № 35"

Л.М. Сураева

МЕНЮ на 24.09.2026 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 г.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20894	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш мясной категории Б / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)	150/7 5	11,43	23,68	38,59	413,19
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 510 16,95 29,83 92,81 707,50

Итого
ХЕ: 7,73

Завтрак 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 г.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20894	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти	150/7 5	11,43	23,68	38,59	413,19

		(макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш мясной категории Б / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)					
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32

Итого: 490 15,35 29,66 74,74 627,32

Итого

6,23

ХЕ:

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20894	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш мясной категории Б / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)	150/75	11,43	23,68	38,59	413,19
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	14182	Трубочка слоёная в	35	1,64	5,74	14,41	115,86

		ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее					
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28

Итого: 580 17,23 30,11 100,72 742,78

Итого

ХЕ:

8,39

Стоимость 95,46

руб.

рациона:

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход г.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20894	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш мясной категории Б / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)	150/7 5	11,43	23,68	38,59	413,19
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28

Итого: 580 17,23 30,11 100,72 742,78

Итого
ХЕ: 8,39

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20894	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш мясной категории Б / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)	150/75	11,43	23,68	38,59	413,19
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28

Итого: 580 17,23 30,11 100,72 742,78

Итого
ХЕ: 8,39

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс, 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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
132/96	868	Суп из овощей	200	1,66	3,53	9,29	75,57

		Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист					
ТТК	20886	Гуляш Детский Свинина б/к (лопатка) / 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) / Соль йодированная / Масло растительное / Лавровый лист	50/50	11,06	28,96	3,10	317,26
297/04;508/3/2004	3201	Каша перловая рассыпчатая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Соль йодированная	150	4,50	4,15	32,18	184,07
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 700 21,02 37,04 84,14 760,28

Итого

ХЕ:

7,01

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
132/96	868	Суп из овощей Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57

ТТК	20890	Гуляш Детский Свинина б/к (лопатка) / 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) / Масло растительное / Лавровый лист	30/30	6,64	18,17	1,86	197,56
297/04;508/3/2004	3201	Каша перловая рассыпчатая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Соль йодированная	150	4,50	4,15	32,18	184,07
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
107/08	6559	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	30	2,49	2,34	17,71	101,86
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 690 19,09 28,59 100,61 742,44

Итого
ХЕ: 8,38

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
132/96	868	Суп из овощей Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
ТТК	20886	Гуляш Детский Свинина б/к (лопатка) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая	50/50	11,06	28,96	3,10	317,26

		п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Соль йодированная / Масло растительное / Лавровый лист					
297/04;508/3/2004	3201	Каша перловая рассыпчатая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Соль йодированная	150	4,50	4,15	32,18	184,07
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 700 21,02 37,04 84,14 760,28

Итого
ХЕ: 7,01

Стоимость 114,9
руб.
рациона:

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
132/96	868	Суп из овощей Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
ТТК	20886	Гуляш Детский Свинина б/к (лопатка) / 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) / Соль йодированная / Масло растительное / Лавровый лист	50/50	11,06	28,96	3,10	317,26

297/04;508/3/20 04	3201	Каша перловая рассыпчатая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Соль йодированная	150	4,50	4,15	32,18	184,07
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.№24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	70	0,63	0,14	5,67	26,46

Итого: 770 21,65 37,18 89,81 786,74

Итого

ХЕ: 7,48

Стоимость 133,6

ь 5 руб.

рациона:

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

Сборник рецептур	Код блю д а	Наименование	Выхо д гр.	Пищевая ценность			
				Белк и	Жир ы	Углевод ы	Ккал
132/96	868	Суп из овощей Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
ТТК	20886	Гуляш Детский Свинина б/к (лопатка) / 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) / Соль йодированная / Масло растительное / Лавровый лист	50/50	11,06	28,96	3,10	317,26
297/04;508/3/20 04	3201	Каша перловая рассыпчатая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Соль	150	4,50	4,15	32,18	184,07

		йодированная					
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.№24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	70	0,63	0,14	5,67	26,46

Итого: 770 21,65 37,18 89,81 786,74

Итого
ХЕ: 7,48

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюд а	Наименование	Выхо д	Пищевая ценность			
				Белк и	Жир ы	Углевод ы	Ккал

Холодные блюда

Таб.№24/96	9199	Дыня свежая Дыня св.	100	0,78	0,39	9,62	45,11
Таб.№24/96	9406	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	200	0,70	0,10	6,40	29,30
Сб.рец.Москва 2022г.	20007	Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус) Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус): (Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная)	75	1,64	2,23	9,77	65,69
40/97	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук	60	0,58	3,07	2,72	40,83

		репчатый п/ф)					
ТТК	2568	Салат из свежих фруктов (яблоко, банан) Бананы свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,74	0,32	21,53	91,96

Первые блюда

132/96	868	Суп из овощей Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
--------	-----	---	-----	------	------	------	-------

Вторые блюда

ТТК	20408	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Молоко сгущенное / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	150/20	5,93	14,95	50,11	358,70
401/96	19910	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	9,12	23,60	3,78	264,00
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное	50	8,65	2,97	7,91	92,97
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Спагетти мясное без оболочки	60	8,06	10,54	1,86	134,54

Гарниры и соусы

ТТК	6527	Рис оригинальный Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый	150	4,30	6,18	41,84	240,18
-----	------	---	-----	------	------	-------	--------

		лист					
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
469/96	18751	макароны отварные (макар.спагетти) Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01

Третьи блюда

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
----------	-----	---	-----	--	--	-------	-------

Хлеб

ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
----	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	-------

Мучные изделия

ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	4,77	2,02	32,87	168,74
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39

Стоимость
рациона: 150
руб.

Зав.производством
Котельникова О. А.

Ответственный за питание

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

E-mail: eda0910@mail.ru