



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Л.М. Сураева

МЕНЮ

на 26.02.2026

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 гр. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Таб.№24/96 | 15244 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 |
| ТТК | 20538 | Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное | 130/20 | 17,29 | 18,16 | 49,45 | 430,43 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | | | 14,97 | 66,18 |
| Итого: | | | 500 | 17,89 | 18,76 | 79,12 | 563,21 |
| Итого ХЕ: | | | | | | 6,59 | |

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. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Таб.№24/96 | 7530 | Десерт фруктовый (груша) Груша свежая | 130 | 0,52 | 0,39 | 13,39 | 59,15 |
| ТТК | 20538 | Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное | 130/20 | 17,29 | 18,16 | 49,45 | 430,43 |
| ТТК | 19810 | Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | | | 6,99 | 27,94 |
| Итого: | | | 480 | 17,81 | 18,55 | 69,83 | 517,52 |
| Итого ХЕ: | | | | | | 5,82 | |

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 |
| Таб.№24/96 | 7530 | Десерт фруктовый (груша) Груша свежая | 130 | 0,52 | 0,39 | 13,39 | 59,15 |
| ТТК | 20538 | Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное | 130/20 | 17,29 | 18,16 | 49,45 | 430,43 |
| ТТК | 19810 | Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | | | 6,99 | 27,94 |
| Итого: | | | 480 | 17,81 | 18,55 | 69,83 | 517,52 |
| Итого ХЕ: | | | | | | 5,82 | |

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. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| 138/96 | 169 | Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 4,83 | 4,41 | 15,87 | 122,49 |
| ТТК | 20510 | Котлета Мясная Котлеты Мясные / Масло растительное | 90 | 9,18 | 11,22 | 14,28 | 194,82 |
| 472/96 | 145 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 2,20 | 3,44 | 14,70 | 98,56 |
| ТТК | 19810 | Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | | | 6,99 | 27,94 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| Итого: | | | 615 | 18,11 | 19,27 | 64,14 | 502,41 |

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

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|------------------|------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| 138/96 | 169 | Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 4,83 | 4,41 | 15,87 | 122,49 |
| 416/96 | 20390 | Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / 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) | 50/50 | 9,12 | 9,28 | 10,89 | 163,53 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| ТТК | 20630 | Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 0,01 | 0,01 | 15,30 | 61,39 |
| ТТК | 13490 | Булочка Косичка с сахаром Булочка Косичка с сахаром: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное) | 40 | 3,62 | 1,71 | 27,12 | 138,35 |
| | 3026 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 105,48 |

Итого: 735 24,30 20,75 113,38 737,50

Итого ХЕ: 9,45

Стоимость рациона: 114,91 руб.

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

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|------------------|------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| 138/96 | 169 | Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 4,83 | 4,41 | 15,87 | 122,49 |
| 416/96 | 20390 | Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / 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) | 50/50 | 9,12 | 9,28 | 10,89 | 163,53 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| ТТК | 20630 | Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 0,01 | 0,01 | 15,30 | 61,39 |
| ТТК | 19748 | Пицца Школьная с мясом прессованным Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная | 50 | 3,97 | 5,33 | 17,58 | 134,20 |
| Пром | 350 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 |

Итого: 750 25,03 24,41 106,30 745,07

Итого ХЕ: 8,86

Стоимость рациона: 133,65 руб.

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. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|------------------|------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| 138/96 | 169 | Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 4,83 | 4,41 | 15,87 | 122,49 |
| 416/96 | 20390 | Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / 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) | 50/50 | 9,12 | 9,28 | 10,89 | 163,53 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| ТТК | 20630 | Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 0,01 | 0,01 | 15,30 | 61,39 |
| ТТК | 19748 | Пицца Школьная с мясом прессованным Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло | 50 | 3,97 | 5,33 | 17,58 | 134,20 |

| | | | | | | | |
|------|-----|----------------------------------|----|------|------|-------|--------|
| Пром | 350 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 |
|------|-----|----------------------------------|----|------|------|-------|--------|

Итого: 750 25,03 24,41 106,30 745,07
Итого ХЕ: 8,86

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. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| 138/96 | 169 | Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 4,83 | 4,41 | 15,87 | 122,49 |
| 416/96 | 20390 | Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / 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) | 50/50 | 9,12 | 9,28 | 10,89 | 163,53 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| ТТК | 20630 | Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 0,01 | 0,01 | 15,30 | 61,39 |
| ТТК | 13490 | Булочка Косичка с сахаром Булочка Косичка с сахаром: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное) | 40 | 3,62 | 1,71 | 27,12 | 138,35 |
| | 3026 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 105,48 |
| Итого: | | | 735 | 24,30 | 20,75 | 113,38 | 737,50 |
| Итого ХЕ: | | | | | | 9,45 | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|------------------------|-----------|---|--------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| Таб. №24/96 | 3378 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 35,00 |
| ТТК | 6958 | Салат из свежих фруктов (яблоко, апельс. очищ) Апельсины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок | 60 | 0,45 | 0,19 | 15,79 | 66,67 |
| 124 Тольятти 2013 | 7848 | Салат из крабовых палочек с рисом Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Рис / Соль йодированная | 40 | 1,64 | 6,30 | 3,01 | 75,30 |
| 29/96 | 2110 | Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла п/ф / Сыр / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Чеснок | 50 | 2,71 | 7,39 | 4,38 | 94,87 |
| 19/2004 | 4792 | Салат из свежих помидоров с луком Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная / Перец черный молотый | 60 | 0,68 | 3,09 | 3,47 | 44,41 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 138/96 | 169 | Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 4,83 | 4,41 | 15,87 | 122,49 |
| 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 | 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 |
| 416/96 | 10710 | Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 75 | 13,16 | 10,66 | 12,29 | 197,74 |
| ТТК | 13432 | Котлета натур. куриная на косточке Котлета натур. куриная на косточке / Масло растительное | 75 | 18,86 | 22,29 | 0,23 | 276,97 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 200/96 | 16303 | Картофель отварной Картофель п/ф | 150 | 3,10 | 0,62 | 25,27 | 119,04 |
| | | Каша гречневая вязкая | 180 | 5,49 | 5,99 | 26,55 | 182,11 |

| | | | | | | | |
|-----------------------|-------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 469/96 | 18417 | Макароны отварные Макароны отварные: (Макаронные изделия / 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 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| ТТК | 5295 | Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена) | 50 | 4,31 | 1,87 | 29,72 | 152,95 |
| 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 | 12649 | Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 |

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производства Котельникова О. А.

Ответственный за питание
СанПин 2.3/2.1/9.698-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru