



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сурава Л.М.

МЕНЮ

на 26.05.2023

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. №24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	70	11,81	0,63	0,14	5,67	26,46
Таб. №24/96	5968	Огурец свежий Огурец свежий	40	8,00	0,29	0,04	0,78	4,64
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1) / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	41,00	8,67	13,27	8,35	187,51
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	4,00	2,63	1,02	17,99	91,60
Итого:			585	85,81	16,86	19,34	68,29	514,60
Итого ХЕ:					5,69			

Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	70	11,87	0,63	0,14	5,67	26,46
Таб. №24/96	5968	Огурец свежий Огурец свежий	40	8,00	0,29	0,04	0,78	4,64
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1) / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	41,00	8,67	13,27	8,35	187,51
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	4,00	2,63	1,02	17,99	91,60
ТТК	1202	Булочка Десертная (повидло) Мука в/с / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Повидло / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахарная пудра / Вода	50	11,00	3,90	3,72	32,17	177,76
Итого:			635	96,87	20,76	23,06	100,46	692,36
Итого ХЕ:					8,37			

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	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	20,95	0,40	0,30	10,30	45,50
Таб. №24/96	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	6,00	0,22	0,04	0,78	4,36
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Зелень	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18963	Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
460/2013 Самар. обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	14,00	3,72	5,51	37,12	212,90
628/96/685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
	13251	Плюшка Московская Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло растительное	75	8,00	6,36	4,73	46,73	254,93
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			875	112,95	36,73	34,18	153,54	1 068,73
Итого ХЕ:					12,80			

**Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс,
обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	6,00	0,22	0,04	0,78	4,36
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Зелень	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18963	Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	14,00	3,72	5,51	37,12	212,90
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	4,00	0,90	0,23	13,47	59,55
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,40	0,70	0,11	4,33	21,11
Итого:			630	79,40	26,42	28,52	74,24	659,32
Итого ХЕ:					6,19			

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
Таб.№24/96	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	6,00	0,22	0,04	0,78	4,36
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Зелень	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18963	Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	14,00	3,72	5,51	37,12	212,90
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	4,00	0,90	0,23	13,47	59,55
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,40	0,70	0,11	4,33	21,11
Итого:			630	79,40	26,42	28,52	74,24	659,32
Итого ХЕ:					6,19			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
ТТК	17948	Салат из моркови с сахаром (молодая) Салат из моркови с сахаром (молодая): (Морковь свежая молодая / Сахар песок)	50	0,06		5,18	21,00
ТТК	6958	Салат из свежих фруктов (яблоко, апельс.) Яблоко свежее / Апельсины свежие / Сахар песок	60	0,45	0,19	15,79	66,67
60/81	9071	Салат из свежих помидоров с луком Салат из свежих помидоров с луком (заправка): (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода))	40	0,45	2,04	2,25	29,16
24/2004	16008	Редис с огурцами Редис с огурцами: (Редис свежий / Огурец свежий / Масло растительное)	40	0,40	4,00	1,13	42,14
Первые блюда							
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Зелень	200	9,08	10,61	7,74	162,76
Вторые блюда							
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	20,21	13,70	34,41	342,00
401/96	12778	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Масло растительное / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф	30/30	9,06	10,57	1,38	136,89
ТТК	6875	Шашлык из филе цыплят Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус для детей в асс.	40	8,07	7,11	8,00	128,27
Гарниры и соусы							
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
Третьи блюда							
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55
Мучные изделия							
ТТК	13464	Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус для детей от Злет в асс. / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное)	30	2,73	1,84	20,75	110,48

