

Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 27.04.2023



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 | 6755 | Огурец свежий Огурец свежий | 45 | 14,81 | 0,32 | 0,05 | 0,87 | 5,21 |
| 422/96 | 3160 | Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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) / Лук репчатый п/ф | 60/30 | 40,00 | 9,26 | 11,49 | 10,55 | 182,65 |
| 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 |
| 630/96 | 2312 | Чай с молоком Чай черный (развесной) / Сахар песок / Молоко / Вода | 200 | 10,00 | 1,45 | 1,75 | 17,32 | 90,83 |
| ТТК | 13464 | Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус для детей от 3лет в асс. / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное) | 30 | 4,00 | 2,73 | 1,84 | 20,75 | 110,48 |
| пп | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,00 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| Итого: | | | 540 | 85,81 | 20,24 | 20,14 | 83,91 | 597,86 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,99 | | | |

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 | 2922 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее | 100 | 11,87 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| Таб.№24/96 | 6755 | Огурец свежий Огурец свежий | 45 | 14,00 | 0,32 | 0,05 | 0,87 | 5,21 |
| 422/96 | 3160 | Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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) / Лук репчатый п/ф | 60/30 | 40,00 | 9,26 | 11,49 | 10,55 | 182,65 |
| 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 |
| 630/96 | 2312 | Чай с молоком Чай черный (развесной) / Сахар песок / Молоко / Вода | 200 | 10,00 | 1,45 | 1,75 | 17,32 | 90,83 |
| ТТК | 13464 | Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус для детей от 3лет в асс. / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное) | 30 | 4,00 | 2,73 | 1,84 | 20,75 | 110,48 |
| пп | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,00 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| Итого: | | | 640 | 96,87 | 20,64 | 20,54 | 93,71 | 642,26 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,81 | | | |

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 | 6686 | Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие | 120 | 19,95 | 1,80 | 0,60 | 25,20 | 113,40 |
| 110/96 | 334 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне Свекла п/ф / Картофель п/ф / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Перец черный молотый / Лавровый лист // Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Зелень / Лимонная кислота / Капуста свежая п/ф ош.ч. / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) | 200/10 | 20,00 | 1,86 | 6,06 | 11,22 | 106,86 |
| 401/96 | 16524 | Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1 | 30/30 | 31,00 | 10,10 | 2,82 | 2,06 | 74,00 |
| 466/96;512/3/2 004 | 6528 | Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 15,00 | 3,75 | 4,16 | 39,29 | 209,60 |
| ТТК 19,06,17г. | 14233 | Компот из сливы Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода | 200 | 9,00 | 0,16 | 0,06 | 21,88 | 88,70 |
| 614/2012 | 13439 | Булочка Ароматная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Корича молотая / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное | 50 | 11,00 | 4,56 | 5,19 | 33,24 | 197,91 |
| пп | 13185 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 30 | 3,00 | 2,04 | 0,39 | 11,94 | 59,43 |
| ТТК | 18094 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 40 | 4,00 | 2,80 | 0,44 | 17,32 | 84,44 |
| Итого: | | | 860 | 112,95 | 27,07 | 19,72 | 162,15 | 934,34 |
| Итого ХЕ: | | | | | 13,51 | | | |

**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 |
| 110/96 | 334 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне Свекла п/ф / Картофель п/ф / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Перец черный молотый / Лавровый лист // Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Зелень / Лимонная кислота / Капуста свежая п/ф очищ. / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) | 200/10 | 20,00 | 1,86 | 6,06 | 11,22 | 106,86 |
| 401/96 | 16524 | Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1 | 30/30 | 31,00 | 10,10 | 2,82 | 2,06 | 74,00 |
| 466/96;512/3/2 004 | 6528 | Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 15,00 | 3,75 | 4,16 | 39,29 | 209,60 |
| ТТК 19,06,17г. | 14233 | Компот из сливы Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода | 200 | 9,00 | 0,16 | 0,06 | 21,88 | 88,70 |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,00 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 1561 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 25 | 2,40 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |
| Итого: | | | 670 | 79,40 | 19,56 | 13,63 | 96,70 | 587,69 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,06 | | | |

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 |
| 110/96 | 334 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне Свекла п/ф / Картофель п/ф / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Перец черный молотый / Лавровый лист // Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Зелень / Лимонная кислота / Капуста свежая п/ф очищ. / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) | 200/10 | 20,00 | 1,86 | 6,06 | 11,22 | 106,86 |
| 401/96 | 16524 | Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1 | 30/30 | 31,00 | 10,10 | 2,82 | 2,06 | 74,00 |
| 466/96;512/3/2 004 | 6528 | Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 15,00 | 3,75 | 4,16 | 39,29 | 209,60 |
| ТТК 19,06,17г. | 14233 | Компот из сливы Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода | 200 | 9,00 | 0,16 | 0,06 | 21,88 | 88,70 |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,00 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 1561 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 25 | 2,40 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |
| Итого: | | | 670 | 79,40 | 19,56 | 13,63 | 96,70 | 587,69 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,06 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|------------------------|-----------|--|-------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| ТТК | 18501 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 35,91 |
| ТТК | 17884 | Салат из свежих фруктов (киви,яблоко) Киви / Яблоко свежее местное / Сахар песок | 50 | 0,29 | 0,19 | 14,24 | 59,84 |
| | 11851 | Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода) / Лук репчатый п/ф) | 40 | 0,38 | 2,04 | 1,81 | 27,12 |
| | 9119 | Салат из свежей капусты (морк.кап.молодая) Салат из свежей капусты (морк.кап.молодая): (Морковь свежая молодая / Лимонная кислота / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Капуста свежая молодая) | 60 | 0,08 | 2,98 | 3,41 | 40,78 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 110/96 | 168 | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф | 200 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| 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 |
| | 17748 | Рулет Галантин с сыром Рулет Галантин с сыром п/ф | 50 | 11,41 | 9,98 | 0,50 | 137,45 |
| 401/96 | 12834 | Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное | 40/40 | 9,12 | 23,78 | 3,78 | 265,60 |
| 416/96;451/04 | 1103 | Котлета рубленая (говядина,птица) Хлеб пшеничный / Сухари панирочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное | 50 | 8,64 | 6,74 | 7,80 | 126,42 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 317,529/97 | 1149 | Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная 1 | 100 | 11,30 | 3,32 | 23,61 | 169,52 |
| 469/96;516/3/0 4 | 1669 | Макаронные отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |

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

| | | | | | | | |
|---------|-------|--|----|------|------|-------|--------|
| №769/04 | 11807 | Булочка Домашняя Булочка Домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Вода / Масло растительное) | 30 | 2,36 | 3,87 | 18,52 | 118,35 |
| ТТК | 12835 | Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее) | 30 | 2,59 | 0,70 | 16,96 | 84,50 |

Хлеб

| | | | | | | | |
|-----|-------|---------------------------------------|----|------|------|------|-------|
| ТТК | 18449 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 10 | 0,68 | 0,13 | 3,98 | 19,81 |
| ТТК | 18450 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 10 | 0,70 | 0,11 | 4,33 | 21,11 |

Итого: 100,00

Зав.производства: Козельникова О. А.

Ответственный за качество
СанПиН 2.3.2.3000-20

Россия, 445000, Самарская область, Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru