



## МЕНЮ

на 22.03.2022

МБУ "Гимназия № 35"

### Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром <small>Сыр / Батон / Масло сливочное / Соус Юса для детей / Яйцо свежее</small>	40	23,00	5,29	6,78	10,32	123,50
Таб.№24/96	6261	Огурец свежий <small>Огурец свежий</small>	20	6,00	0,14	0,02	0,39	2,30
284/96	1748	Омлет натуральный <small>Соль йодированная / Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное</small>	105	28,00	11,07	13,88	2,04	177,36
628/96	5520	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок</small>	180	5,20	0,90	0,23	13,47	59,55
<b>Итого:</b>				<b>62,20</b>	<b>17,40</b>	<b>20,91</b>	<b>26,22</b>	<b>362,71</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>2,19</b>			

### Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне <small>Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / 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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф</small>	200	18,00	1,66	4,06	11,02	87,26
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) <small>Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / 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 / Перец черный молотый) / Лук репчатый п/ф</small>	60/30	37,00	9,26	11,49	10,55	182,65
472/96	145	Картофельное пюре <small>Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	100	15,00	2,20	3,44	14,70	98,56
628/96	10781	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</small>	160	4,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ТТК	2316	Рожок обсыпной <small>Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло сливочное</small>	50	8,00	4,04	3,38	29,56	164,82
ПП	17037	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
ПП	1561	Хлеб ржаной <small>Хлеб ржаной</small>	25	2,10	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Итого:</b>				<b>87,10</b>	<b>22,11</b>	<b>23,29</b>	<b>104,41</b>	<b>715,66</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,70</b>			

### Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне <small>Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / 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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф</small>	200	18,00	1,66	4,06	11,02	87,26
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) <small>Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / 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 / Перец черный молотый) / Лук репчатый п/ф</small>	60/30	37,00	9,26	11,49	10,55	182,65
472/96	145	Картофельное пюре <small>Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	100	15,00	2,20	3,44	14,70	98,56
628/96	10781	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</small>	160	4,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	17037	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
ПП	1561	Хлеб ржаной <small>Хлеб ржаной</small>	25	2,40	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Итого:</b>				<b>79,40</b>	<b>18,07</b>	<b>19,91</b>	<b>74,85</b>	<b>550,84</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,24</b>			

### Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне <small>Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / 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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф</small>	200	18,00	1,66	4,06	11,02	87,26

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 / Перец черный молотый / 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 / Перец черный молотый) / Лук репчатый п/ф	60/30	37,00	9,26	11,49	10,55	182,65
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	15,00	2,20	3,44	14,70	98,56
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	4,00	0,80	0,20	13,47	58,92
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	2,40	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Итого:</b>				<b>79,40</b>	<b>18,07</b>	<b>19,91</b>	<b>74,85</b>	<b>550,84</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,24</b>			

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
<b>Холодные блюда</b>								
Таб.24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39	
ТТК	10653	Салат из свежих фруктов (яблоко, груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок	50	0,18	0,16	14,50	60,16	
ТТК	16879	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Соус майонезный / Капуста пекинская	0,5/10/10	2,72	7,65	0,68	82,40	
71/2004	481	Винегрет овощной Картофель(очищенный) / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Огурцы соленые / Капуста квашеная / Морковь свежая п/ф	50	0,82	5,02	4,19	65,22	
<b>Первые блюда</b>								
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 / 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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26	
<b>Вторые блюда</b>								
ТТК	17928	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57	
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная / 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 / Перец черный молотый)	40/40	13,41	4,68	2,69	106,50	
240/02	17305	Котлета рубленая из окорока запеченая Котлета рубленая из окорока запеченая: (Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Перец черный молотый)	75	9,81	20,18	11,70	267,62	
<b>Гарниры и соусы</b>								
ТТК	15260	Каша перловая с овощами Крупа перловая / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Вода	150	3,65	15,41	25,18	254,04	
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84	
<b>Третьи блюда</b>								
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55	
<b>Мучные изделия</b>								
ТТК	13465	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак / Вода / Масло растительное)	30	2,58	1,12	17,83	91,72	
ТТК	13464	Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное)	30	2,73	1,84	20,75	110,48	
<b>Хлеб</b>								
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89	
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57	
<b>Итого:</b>				<b>100,00</b>				

Зав.производства: Иотельникова О. А.

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
СанПиН 2.1.4.2390-20

УТВЕРЖДАЮ: **"ДРУЖБА"**  
Директор: Солоднева Т.В. / Солоднева Т.В.

Россия, 445031, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru

