



Согласовано:
 Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 07.10.2022

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 | 12996 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 120 | 15,29 | 1,08 | 0,24 | 9,72 | 45,36 |
| 451/02 | 9974 | Каша молочная пшеничная с маслом Крупа пшеничная / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло сливочное | 200/5 | 25,00 | 8,57 | 7,64 | 42,52 | 273,12 |
| ТТК | 19303 | Напиток сывороточный Напиток сывороточный в асс. | 200 | 20,00 | 0,06 | 0,10 | 19,00 | 88,00 |
| Таб №25/96 | 13849 | Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон | 20/20 | 21,00 | 6,97 | 6,53 | 12,99 | 138,61 |
| Итого: | | | 565 | 81,29 | 16,68 | 14,51 | 84,23 | 545,09 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,02 | | | |

Обед 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 | 6261 | Огурец свежий Огурец свежий | 20 | 4,00 | 0,14 | 0,02 | 0,39 | 2,30 |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) | 200 | 10,00 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |
| ТТК | 18963 | Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 37,00 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 200/96 | 16303 | Картофель отварной Картофель п/ф | 150 | 14,00 | 3,10 | 0,62 | 25,27 | 119,04 |
| ТТК | 19357 | Сок в ассортименте 0,2л. Сок в ассортименте 0,2 | 200 | 20,00 | | | 11,50 | 46,00 |
| ТТК №5,13 | 1110 | Сырная палочка Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Сыр / Масло растительное / Яйцо свежее | 50 | 17,00 | 6,35 | 4,90 | 24,39 | 167,06 |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,19 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 1561 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,57 |
| Итого: | | | 740 | 106,19 | 36,26 | 30,41 | 106,05 | 842,96 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,84 | | | |

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. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб. №24/96 | 2391 | Огурец свежий Огурец свежий | 30 | 6,00 | 0,21 | 0,03 | 0,58 | 3,43 |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) | 200 | 10,00 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |
| ТТК | 18963 | Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 37,00 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 200/96 | 16303 | Картофель отварной Картофель п/ф | 150 | 14,00 | 3,10 | 0,62 | 25,27 | 119,04 |
| №629/96 | 264 | Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода | 200 | 6,00 | 0,08 | 0,01 | 15,21 | 61,25 |
| пп | 17037 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 35 | 3,40 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| пп | 13185 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 30 | 3,00 | 2,04 | 0,39 | 11,94 | 59,43 |
| Итого: | | | 715 | 79,40 | 30,86 | 25,78 | 90,41 | 717,06 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,53 | | | |

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб. №24/96 | 2391 | Огурец свежий Огурец свежий | 30 | 6,00 | 0,21 | 0,03 | 0,58 | 3,43 |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) | 200 | 10,00 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |
| ТТК | 18963 | Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 37,00 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 200/96 | 16303 | Картофель отварной Картофель п/ф | 150 | 14,00 | 3,10 | 0,62 | 25,27 | 119,04 |
| №629/96 | 264 | Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода | 200 | 6,00 | 0,08 | 0,01 | 15,21 | 61,25 |

| | | | | | | | | |
|------------------|-------|---------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| пп | 17037 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 35 | 3,40 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| пп | 13185 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 30 | 3,00 | 2,04 | 0,39 | 11,94 | 59,43 |
| Итого: | | | 715 | 79,40 | 30,86 | 25,78 | 90,41 | 717,06 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,53 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|------------------------|-----------|--|---------------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| | 10911 | Виноград свежий Виноград свежий | 85 | 0,53 | 0,53 | 13,61 | 61,35 |
| ТТК | 8980 | Салат из моркови с сахаром Салат из моркови с сахаром: (Морковь свежая п/ф / Сахар песок) | 60 | 0,75 | 0,06 | 7,03 | 31,66 |
| 59/97 | 6776 | Салат картофельный с солёными огурцами Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы солёные / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Соус майонезный | 50 | 0,91 | 5,13 | 4,85 | 69,21 |
| 49/2013 | 8088 | Салат "Ароматный" Салат Ароматный: (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф очищ. / Лимонная кислота / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф) | 60 | 0,77 | 6,00 | 2,06 | 65,32 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 151/96 | 15764 | Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) | 200 | 11,18 | 12,32 | 11,46 | 201,39 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| ТТК | 18541 | Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы, говядина) Соус Болоньезе (мясо птицы, говядина): (Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное) | 150/75 | 6,67 | 13,74 | 38,59 | 304,71 |
| ТТК | 18963 | Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 416/96 | 10710 | Котлета рубленая (мясо птицы, говядина) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Хлеб пшеничный / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1 | 75 | 13,16 | 10,66 | 12,29 | 197,74 |
| 439/96 | 2028 | Цыплята отварные Цыплята бройлер. 1кат. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная 1 | 75 | 17,43 | 14,98 | 0,21 | 205,38 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 469/96 | 15763 | Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
| 200/96 | 16303 | Картофель отварной Картофель п/ф | 150 | 3,10 | 0,62 | 25,27 | 119,04 |
| 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 | 13465 | Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / 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 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное) | 30 | 2,73 | 1,84 | 20,75 | 110,48 |
| Хлеб | | | | | | | |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| ТТК | 18449 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | 10 | 0,68 | 0,13 | 3,98 | 19,81 |
| Итого: | | | 100,00 | | | | |

Зав. производством

Ивельникова О. А.

Ответственный за питание
СанПин 2.1.7.2390-20

УТВЕРЖДАЮ
Директор

«ДРУЖБА»
КШП "Дружба"

Солоднева Т.В.

Россия, 445014 Самарская обл. Тольятти, ул. Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru