



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 10.10.2022

МБУ "Гимназия № 35"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	3598	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	130	16,29	1,17	0,26	10,53	49,14
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
№762/97;692/04	3524	Кофейный напиток с молоком Молоко / Кофейный напиток / Сахар песок / Вода	200	16,00	3,39	2,95	23,13	132,63
№ 123/08 Муч.	9129	Булочка Молочная с сыром Булочка Молочная: (Булочка Молочная: (Мука в/с / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Молоко / Масло растительное / Сахар песок)) / Сыр	20/30	24,00	7,85	7,29	17,36	166,45
Итого:			585	81,29	20,98	18,14	93,54	621,34
Итого ХЕ:					7,80			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептов	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
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (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	48,00	6,67	13,74	38,59	304,71
ТТК	13527	Морс клюквенный Концентрат клюкв. / Вода	180	14,00			14,84	59,36
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	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,19	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:			745	106,19	26,08	28,95	112,97	816,73
Итого ХЕ:					9,41			

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	6261	Огурец свежий Огурец свежий	20	4,00	0,14	0,02	0,39	2,30
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (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	48,00	6,67	13,74	38,59	304,71
646/96	11904	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	180	8,00	0,18	0,04	23,16	93,72
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
тТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
Итого:			660	79,40	18,36	23,69	87,88	638,22
Итого ХЕ:					7,32			

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	6261	Огурец свежий Огурец свежий	20	4,00	0,14	0,02	0,39	2,30
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72

ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд)	150/75	48,00	6,67	13,74	38,59	304,71
Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (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)								
646/96	11904	Напиток из апельсинов	180	8,00	0,18	0,04	23,16	93,72
Апельсины свежие / Сахар песок / Вода								
пп	17588	Хлеб Городской	25	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Хлеб в ассортименте								
ТТК	18449	Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
Хлеб ржаной								
Итого:			660	79,40	18,36	23,69	87,88	638,22
Итого ХЕ:					7,32			

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	9199	Дыня свежая	100	0,78	0,39	9,62	45,11
Дыня св.							
ТТК	2568	Салат из свежих фруктов (яблоко,банан)	60	0,74	0,32	21,53	91,96
Яблоко свежее / Бананы свежие / Сахар песок							
124 Тольятти 2013	7848	Салат из крабовых палочек с рисом	40	1,64	6,30	3,01	75,30
Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Рис / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Соус майонезный							
60/91	6537	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	50	0,60	2,55	2,82	36,63
Салат из свежих помидоров со сладким перцем: (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Перец болгарский / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода))							
Первые блюда							
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне	200	8,70	9,56	9,46	158,72
Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень							
Вторые блюда							
ТТК	6875	Шашлык из филе цыплят	40	8,07	7,11	8,00	128,27
Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус Юса для детей							
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе)	40/40	13,41	4,68	2,69	106,50
Филе куриное зам. / 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)							
240/02	17305	Котлета рубленая из окорока запеченая	75	9,81	20,18	11,70	267,62
Котлета рубленая из окорока запеченая: (Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода)							
ТТК	17278	Колбаски Крокетбол запеченные	47	6,89	7,74	1,25	102,18
Колбаски Крокетбол / Томатная паста / Соус Юса для детей							
Гарниры и соусы							
200/96	16303	Картофель отварной	150	3,10	0,62	25,27	119,04
Картофель п/ф							
464/96	3714	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09
Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное							
Третьи блюда							
628/96	5520	Чай с сахаром	180	0,90	0,23	13,47	59,55
Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок							
Мучные изделия							
ТТК	12835	Булочка с кунжутом	30	2,59	0,70	16,96	84,50
Булочка с кунжутом: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее)							
ТТК	13487	Булочка Загадка	30	2,87	1,21	19,72	101,25
Булочка Загадка (мак): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Мак / Масло растительное)							
Хлеб							
пп	17588	Хлеб Городской	25	1,99	0,20	12,30	58,96
Хлеб в ассортименте							
ТТК	18449	Хлеб ржаной	10	0,68	0,13	3,98	19,81
Хлеб ржаной							
Итого:			100,00				

Зав.производства: Уотельникова О. А.

Ответственный за питание:
СанПин 2.3.2.1.2390-20

УТВЕРЖДАЮ: Дружба
Директор ЗДО КШП "Дружба" Солоднева Т.В.

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

E-mail: eda0910@mail.ru