



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 12.10.2022

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	6261	Огурец свежий Огурец свежий	20	4,00	0,14	0,02	0,39	2,30
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	13,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	14013	Чай яблочный Чай яблочный (местное): (Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода)	180	5,00	0,05	0,05	12,04	48,81
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,29	0,70	0,11	4,33	21,11
695/08.741/04	620	Ватрушка с творогом Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода) / Мука в/с / Фарш творожный: (творог / Сахар песок / Мука в/с / Яйцо свежее / Ванилин) / Яйцо свежее / Масло растительное	75	21,00	10,02	5,03	32,48	215,27
Итого:			505	81,29	26,43	22,74	97,16	699,03
Итого ХЕ:					8,10			

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	1894	Огурец соленый Огурцы соленые	30	5,00	0,27	0,03	0,57	3,63
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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
430/96	2393	Запеканка картофельная с мясом Картофель(очищенный) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Перец черный молотый / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное	121	50,00	10,71	9,32	21,78	213,84
ТТК	19093	Морс черносмородиновый (концентрат) Концентрат черносмор. / Вода	200	15,00			16,50	66,00
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее	50	5,00	4,31	1,17	28,26	140,81
Таб. №24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	11,00	0,30	0,23	7,73	34,19
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	2,19	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			726	106,19	20,94	15,34	108,11	654,26
Итого ХЕ:					9,01			

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	1894	Огурец соленый Огурцы соленые	30	5,00	0,27	0,03	0,57	3,63
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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
430/96	2393	Запеканка картофельная с мясом Картофель(очищенный) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Перец черный молотый / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное	121	50,00	10,71	9,32	21,78	213,84
629/96	9848	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	180	6,00	0,07	0,01	13,69	55,13
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,40	0,70	0,11	4,33	21,11
Итого:			551	79,40	14,09	13,66	55,37	400,78
Итого ХЕ:					4,61			

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	1894	Огурец соленый Огурцы соленые	30	5,00	0,27	0,03	0,57	3,63

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 / Суловой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
430/96	2393	Запеканка картофельная с мясом Картофель(очищенный) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Перец черный молотый / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное	121	50,00	10,71	9,32	21,78	213,84
629/96	9848	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	180	6,00	0,07	0,01	13,69	55,13
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,40	0,70	0,11	4,33	21,11

Итого: 551 79,40 14,09 13,66 55,37 400,78
Итого ХЕ: 4,61

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

Холодные блюда

Таб.№24/96	9403	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	100	6,70	1,10	64,40	294,30
ТТК	6958	Салат из свежих фруктов (яблоко,апельс.) Яблоко свежее / Апельсины свежие / Сахар песок	60	0,45	0,19	15,79	66,67
ТТК	10838	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой: (Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная 1)	60	1,19	2,42	6,49	52,50
19/2004	4792	Салат из свежих помидоров с луком Лимонная кислота / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Перец черный молотый / Помидор свежий / Лук репчатый п/ф	60	0,68	3,09	3,47	44,41

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 / Суловой 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
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
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Филе куриное зам. / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная 1	50	12,12	7,11	4,27	129,59
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95

Гарниры и соусы

215/96	637	Рагу овощное с соусом сметанным Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соус сметанный: (Мука в/с / Соль йодированная 1 / Вода) / Перец черный молотый / Лавровый лист / Соль йодированная 1	125	2,66	7,22	18,55	149,82
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	13488	Булочка Ароматная Булочка Ароматная (корица): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Корица молотая / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное)	30	2,74	3,11	19,94	118,71
№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

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.производства И. Котельникова О. А.

Ответственный за питание
СанПин 2.3.2.4.390-20

УТВЕРЖДАЮ "ДРУЖБА"
Директор ЗАО КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

Россия, 445043, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru