

МЕНЮ

на 19.09.2022

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	Ккал
Таб. №24/96	2922	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	100	11,20	0,40	0,40	9,80	44,40
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	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
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:			525	62,20	15,99	14,62	77,35	504,94
Итого ХЕ:					6,45			

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	Ккал
Таб. №24/96	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	7,00	0,36	0,05	0,97	5,77
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 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Хлеб в ассортименте / Молоко / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	50	34,00	8,65	2,97	7,91	92,97
464/96, таб. №4	15864	Каша кукурузная вязкая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	8,00	3,44	5,74	29,47	183,32
646/96	11813	Напиток из лимона Лимон свежий / Сахар песок	180	8,00	0,13	0,01	21,89	88,17
	17222	Булочка с кунжутом 50г.		10,00	2,15	0,59	14,13	265,50
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	2,10	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			680	87,10	27,13	19,46	106,08	902,99
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	Ккал
Таб. №24/96	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	8,00	0,36	0,05	0,97	5,77
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 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Хлеб в ассортименте / Молоко / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	50	34,00	8,65	2,97	7,91	92,97
464/96, таб. №4	15864	Каша кукурузная вязкая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	8,00	3,44	5,74	29,47	183,32
646/96	11813	Напиток из лимона Лимон свежий / Сахар песок	180	8,00	0,13	0,01	21,89	88,17
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	3,40	2,04	0,39	11,94	59,43
Итого:			685	79,40	25,32	18,93	93,94	647,35
Итого ХЕ:					7,83			

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	Ккал
Таб. №24/96	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	8,00	0,36	0,05	0,97	5,77
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 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	16,00	8,70	9,56	9,46	158,72
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Хлеб в ассортименте / Молоко / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	50	34,00	8,65	2,97	7,91	92,97

464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	8,00	3,44	5,74	29,47	183,32
646/96	11813	Напиток из лимона Лимон свежий / Сахар песок	180	8,00	0,13	0,01	21,89	88,17
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	3,40	2,04	0,39	11,94	59,43
Итого:			685	79,40	25,32	18,93	93,94	647,35
Итого ХЕ:					7,83			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

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

Холодные блюда

Таб №24/96	9403	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	100	6,70	1,10	64,40	294,30
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
ТТК	10838	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой: (Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная 1)	60	1,19	2,42	6,49	52,50
60/91	6537	Салат из свежих помидоров со сладким перцем 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))	50	0,60	2,55	2,82	36,63

Первые блюда

132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф / 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	200	8,70	9,56	9,46	158,72
--------	-------	--	-----	------	------	------	--------

Вторые блюда

	18453	Котлета рубленая из цыплят Котлета рубленая из цыплят (котлет. мясо птиц); (Котлетное мясо птицы / Хлеб в ассортименте / Молоко / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Масло сливочное)	75	12,98	4,46	11,86	139,46
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
ТТК	6875	Шашлык из филе цыплят Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус: Юса для детей	40	8,07	7,11	8,00	128,27
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95

Гарниры и соусы

317,529/97	1149	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная 1	100	11,30	3,32	23,61	169,52
466/96,512/3/2 004	251	Рис припущенный Рис / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Вода	100	2,48	2,89	25,95	139,73

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

	17218	Булочка фруктовая 30г.		1,23	0,65	10,76	131,10
	17217	Крендель с сахаром 30г.		1,16	0,69	11,42	145,50

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: Котельникова О.А.

Ответственный за питание
СанПиН 2.1.4.2390-20

УТВЕРЖАЮ: "ДРУЖБА"
Директор ЗАО КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

Россия, 445015, Самарская обл., Столетьяги, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru