



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 02.02.2022

МБУ "Гимназия № 35"

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

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| ТТК | 8923 | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / творог / Яйцо свежее / Молоко сгущенное / Крупа манная | 100/10 | 47,00 | 14,61 | 16,36 | 36,07 | 349,96 |
| 628/96 | 10781 | Чай с сахаром Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода | 160 | 3,00 | 0,80 | 0,20 | 13,47 | 58,92 |
| Таб.№24/96 | 10444 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 70 | 12,20 | 0,56 | 0,14 | 5,25 | 24,50 |
| Итого: | | | | 62,20 | 15,97 | 16,70 | 54,79 | 433,38 |
| Итого ХЕ: | | | | | 4,57 | | | |

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

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 148/96 | 15830 | Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Бульон куриный; (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суловой набор) | 200 | 10,00 | 10,94 | 11,88 | 12,90 | 202,26 |
| 393/97 | 146 | Сосиска отварная Сосиски | 50 | 34,00 | 5,61 | 12,19 | 0,20 | 132,95 |
| 200/96 | 8972 | Картофель отварной Картофель п/ф | 100 | 12,00 | 2,08 | 0,42 | 16,92 | 79,78 |
| 628/96 | 10781 | Чай с сахаром Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода | 160 | 3,00 | 0,80 | 0,20 | 13,47 | 58,92 |
| | 18170 | Йогурт Фруате 125гр | | 26,10 | 3,50 | 1,88 | 16,00 | 95,00 |
| 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 | 1,00 | 0,70 | 0,11 | 4,33 | 21,11 |
| Итого: | | | | 87,10 | 24,31 | 26,81 | 67,80 | 609,83 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,65 | | | |

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

| Сборник рецептов | 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 |
| 148/96 | 15830 | Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Бульон куриный; (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суловой набор) | 200 | 10,00 | 10,94 | 11,88 | 12,90 | 202,26 |
| 393/97 | 146 | Сосиска отварная Сосиски | 50 | 34,00 | 5,61 | 12,19 | 0,20 | 132,95 |
| 472/96 | 14275 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 130 | 18,00 | 2,92 | 4,43 | 19,15 | 128,19 |
| 697/97 | 10336 | Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода | 180 | 10,40 | 0,24 | 0,10 | 23,71 | 96,70 |
| 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 | 1,00 | 0,70 | 0,11 | 4,33 | 21,11 |
| Итого: | | | | 79,40 | 21,37 | 28,87 | 64,84 | 604,65 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,40 | | | |

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

| Сборник рецептов | 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 |
| 148/96 | 15830 | Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Бульон куриный; (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суловой набор) | 200 | 10,00 | 10,94 | 11,88 | 12,90 | 202,26 |
| 393/97 | 146 | Сосиска отварная Сосиски | 50 | 34,00 | 5,61 | 12,19 | 0,20 | 132,95 |
| 472/96 | 14275 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 130 | 18,00 | 2,92 | 4,43 | 19,15 | 128,19 |
| 697/97 | 10336 | Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода | 180 | 10,40 | 0,24 | 0,10 | 23,71 | 96,70 |
| 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 | 1,00 | 0,70 | 0,11 | 4,33 | 21,11 |
| Итого: | | | | 79,40 | 21,37 | 28,87 | 64,84 | 604,65 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,40 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|------------------------|-----------|---|--------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| Таб.№24/96 | 8952 | Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие | 110 | 1,65 | 0,55 | 23,10 | 103,95 |
| ТТК | 7094 | Салат из свежих фруктов (яблоко.апельс.) Яблоко свежее / Апельсины свежие / Сахар песок | 50 | 0,36 | 0,15 | 14,63 | 61,31 |
| 29/96 | 2110 | Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла п/ф / Сыр / Чеснок / Соус майонезный | 50 | 2,71 | 7,39 | 4,38 | 94,87 |
| 59/97 | 6776 | Салат картофельный с солёными огурцами Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы солёные / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Соус майонезный | 50 | 0,91 | 5,13 | 4,85 | 69,21 |
| Таб.№26/98 | 5185 | Ветчина порционная Ветчина | 25 | 3,35 | 5,67 | 0,49 | 66,39 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 148/96 | 15830 | Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суловой набор) | 200 | 10,94 | 11,88 | 12,90 | 202,26 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| ТТК | 8823 | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущённым Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / творог / Яйцо свежее / Молоко сгущенное / Крупа манная | 100/10 | 14,61 | 16,36 | 36,07 | 349,96 |
| ТТК | 17278 | Колбаски Крокетбол запеченные Колбаски Крокетбол / Томатная паста / Соус Юса для детей | 47 | 6,89 | 7,74 | 1,25 | 102,18 |
| 439/96 | 2028 | Цыплята отварные Цыплята Бройлер, 1кг. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная | 75 | 17,43 | 14,98 | 0,21 | 205,38 |
| 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 / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф | 30/30 | 9,06 | 10,57 | 1,38 | 136,89 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 482/96 | 362 | Капуста свежая тушеная Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота | 100 | 2,49 | 3,61 | 10,75 | 85,45 |
| 200/96 | 8972 | Картофель отварной Картофель п/ф | 100 | 2,08 | 0,42 | 16,92 | 79,78 |
| 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 |
| Хлеб | | | | | | | |
| 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 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| ТТК | 17504 | Булочка Десертная (начинка) Булочка Десертная (начинка): (Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Молоко / Мука в/с / Начинка термостабильная в асс. / Сахар песок / Сахарная пудра / Соль йодированная / Яйцо свежее) | 50 | 3,84 | 4,57 | 24,22 | 153,40 |
| ТТК | 5149 | Крендель с сахаром Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Мука в/с | 50 | 3,94 | 5,96 | 30,87 | 192,88 |

Итого: 100,00

Зав.производства: Катальникова О. А.

Ответственный за качество
СанПиН 2.1.7.2818-10

УТВЕРЖДЕНО
Директор КШП "Дружба"  / Солоднева Т.В.

Россия, 445000, Пензенская область, г.Солдатовский, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru

