



Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

МЕНЮ

на 02.02.2022

МБУ "Гимназия № 35"

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

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 (равесной) / 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:	82,20	15,97	16,70	54,79	433,38
			Итого ХЕ:		4,57			

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

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 / Сушкой 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 (равесной) / Вода / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
	18170	Йогурт Фруауте 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	608,83
			Итого ХЕ:		5,85			

Обед для обучающихся, получающих льготы, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ 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 / Сушкой 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
897/97	10336	Компот из ягод замороженной Ягоды замороженные (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:	78,40	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 / Сушкой 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
897/97	10336	Компот из ягод замороженной Ягоды замороженные (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							
Tab №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 / Апельсин свежий / 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
Tab №26/98	6185	Ветчина порционная Ветчина	25	3,35	5,67	0,49	66,39
Первые блюда							
146/96	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 / Суповой набор)	200	10,94	11,88	12,90	202,26
Вторые блюда							
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	14,61	16,36	36,07	349,96
ТТК	17278	Колбаски Крокетбол запеченные Колбаски Крокетбол / Томатная паста / Соус / Яйца для детей	47	6,89	7,74	1,25	102,18
439/96	2028	Цыплята отварные Цыпленок бройлер, 1шт. / 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/в 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 ошп. / Масло растительное / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф	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							
626/96	5620	Чай с сахаром Чай черный (заварка) / Чай черный (заварка) / 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 эсс. / Сахар песок / Сахарная пудра / Соль йодированная / Яйцо свежее	50	3,84	4,57	24,22	153,40
ТТК	5148	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. производством: Котельникова О.А.

Ответственный за качество: 

СанПиН 2.1.7.2301-09

УТВЕРЖДЕНО:  Директор:  / Солоднова Т.В.

Россия, 445000, Пензенская обл., Сольяты, ул. Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru