



МЕНЮ

на 12.05.2022

МБУ "Гимназия № 35"

Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.



Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	10277	Помидор свежий Помидор свежий	15	4,00	0,17	0,03	0,58	3,27
ТТК	19055	Голубцы ленивые мясные с рисом (мясо птицы) Котлетное мясо птицы / Капуста свежая п/ф очищ. / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / 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 / Перец черный молотый)	60/30	36,00	5,89	7,83	7,14	122,57
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная / Масло сливочное	150	14,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	19092	Морс черносмородиновый (концентрат) Концентрат черносмородиновый / Вода	180	14,00			14,84	59,36
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Мак / Масло растительное	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
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	2,75	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:				78,75	19,10	15,22	99,80	612,56
Итого ХЕ:					8,32			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	6022	Огурец свежий Огурец свежий	15	3,00	0,11	0,02	0,29	1,78
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	15,00	1,82	4,16	11,06	88,96
401/96	12834	Гуляш из свинины (ококор) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	40/40	46,00	9,12	23,78	3,78	265,60
ТТК	15260	Каша перловая с овощами Крупа перловая / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Вода	150	15,00	3,65	15,41	25,18	254,04
ТТК	11580	Чай ягодный Чай черный (заварка) (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	180	7,65	0,12	0,05	11,85	48,33
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	11,00	3,95	6,56	31,06	199,08
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	3,00	2,04	0,39	11,94	59,43
Итого:				103,65	23,26	50,75	110,32	991,11
Итого ХЕ:					9,19			

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
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	15,00	1,82	4,16	11,06	88,96
401/96	12834	Гуляш из свинины (ококор) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	40/40	46,00	9,12	23,78	3,78	265,60
ТТК	15450	Каша перловая с овощами Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная	100	10,00	2,41	10,27	16,62	168,56
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка) (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	4,40	0,90	0,23	13,47	59,55
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	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:				79,40	17,94	38,97	67,18	691,19
Итого ХЕ:					5,60			

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль иодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль иодированная / Суловый набор)	200	15,00	1,82	4,16	11,06	88,96
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль иодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	40/40	46,00	9,12	23,78	3,78	265,60
ТТК	15450	Каша перловая с овощами Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль иодированная	100	10,00	2,41	10,27	16,62	168,56
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка) / Чай черный (развесной) / Вода / Сахар песок	180	4,40	0,90	0,23	13,47	59,55
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	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:				79,40	17,94	38,97	67,18	691,19
Итого ХЕ:					5,60			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Раздача свободное выбора блюд за счет родительских средств				Пищевая ценность			
Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
ТТК	17948	Салат из моркови с сахаром (молодая) Салат из моркови с сахаром (молодая); (Морковь свежая молодая / Сахар песок)	50	0.06		5.18	21.00
ТТК	7094	Салат из свежих фруктов (яблоко.апельс.) Яблоко свежее / Апельсины свежие / Сахар песок	50	0.36	0.15	14.63	61.31
49/2013	18518	Салат "Ароматный" Салат Ароматный (кап молодая); (Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Лимонная кислота / Вода / Масло растительное / Соль йодированная)	40	0.04	4.00	0.10	36.53
	9386	Салат из свежих помидоров с луком Салат из свежих помидоров с луком (заправка); (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Заправка для салатов / Масло растительное / Сахар песок / Перец черный молотый / Соль йодированная / Лимонная кислота / Вода)	50	0.57	2.55	2.82	36.51
Первые блюда							
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суловый набор)	200	1.82	4.16	11.06	88.96
Вторые блюда							
ТТК	17928	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/15	7.57	10.87	38.11	280.57
401/96	6465	Гуляш из свинины (ококор) Свинина ококор б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	30/30	6.87	17.81	2.98	199.69
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Хлеб в ассортименте / Молоко / Сухари панировочные / Масло растительное / Перец черный молотый / Соль йодированная / Масло сливочное	50	8.65	2.97	7.91	92.97
ТТК	16713	Котлета натуральная панированная Свинина б/к (карбонад) / Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная	50	2.75	8.92	11.22	136.12
Гарниры и соусы							
469/96.516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5.65	4.29	36.02	205.29
ТТК	15450	Каша перловая с овощами Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная	100	2.41	10.27	16.62	168.56
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	14099	Бисквит Бисквит (маффинмикс); (Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Яйцо свежее / Сахарная пудра)	50	3.18	1.54	30.10	146.98
614/2012	13439	Булочка Ароматная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Корица молотая / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное	50	4.56	5.19	33.24	197.91
Хлеб							
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2.45	0.39	15.16	73.89
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2.04	0.39	11.94	59.43
Итого:				100.00			

Зав.производством Удальникова О.А.

Ответственный за питание
СанПиН 2.7.6.42590-20

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

Россия, 445013 Самарская обл. Тольятти, ул. Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru