



МЕНЮ

на 15.09.2021

МБУ "Гимназия № 35"



Согласовано:

Директор МБУ "Гимназия № 35"

Сураева Л.М.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	2549	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	100	12,10	1,50	0,50	21,00	94,50
ТТК	6902	Запеканка творожная с крошкой с повидлом Повидло / Запеканка творожная с крошкой: (Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / творог / Крупа манная / Яйцо свежее)	100/10	43,00	13,93	15,50	36,98	343,14
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	4,00	0,90	0,23	13,47	59,55
Итого:				59,10	16,33	16,23	71,45	497,19

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	5,60	0,21	0,03	0,58	3,43
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 / 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 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окороч б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	43,00	10,41	21,54	40,10	395,90
646/96	11904	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	180	7,00	0,18	0,04	23,16	93,72
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:				73,60	13,84	25,91	83,17	621,23

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	6022	Огурец свежий Огурец свежий	15	2,00	0,11	0,02	0,29	1,78
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 / 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 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окороч б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	43,00	10,41	21,54	40,10	395,90
646/96	11904	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	180	7,00	0,18	0,04	23,16	93,72
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб Городской 600гр	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:				71,00	15,03	25,99	90,85	657,43

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	6022	Огурец свежий Огурец свежий	15	2,00	0,11	0,02	0,29	1,78
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 / 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 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окороч б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	43,00	10,41	21,54	40,10	395,90
646/96	11904	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	180	7,00	0,18	0,04	23,16	93,72
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб Городской 600гр	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:				71,00	15,03	25,99	90,85	657,43

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

ТТК	12475	Эчпочмак Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная / Свинина п/ф / Картофель(очищенный) / Лук репчатый п/ф / Масло сливочное / Перец черный молотый / Мука в/с / Соль йодированная / Яйцо свежее / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Вода	75	25,00	6,12	11,46	22,28	216,74
ТТК	11580	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	180	5,00	0,12	0,05	11,85	48,33
Итого:			30,00	6,24	11,51	34,13	265,07	

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
Таб№24/96	13883	Арбуз очищенный Арбуз св.	80	0,92	0,15	8,93	40,75
ТТК	10653	Салат из свежих фруктов (яблоко,груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок	50	0,18	0,16	14,50	60,16
ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой Крабовые палочки / Яйцо свежее / Лук репчатый п/ф / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Лимонная кислота / Вода / Соус майонезный	40	2,95	4,24	2,34	59,33
36/97	5934	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Перец черный молотый / Соль йодированная / Лимонная кислота)	50	0,29	2,52	1,29	29,00
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 / 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 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26
Вторые блюда							
ТТК	18823	Котлета Пожарская из цыплят Котлета Пожарская п/ф Дана / Масло растительное	50	9,45	10,56	6,93	160,53
376/96	13046	Поджарка из филе цыплят Филе куриное зам. / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Лавровый лист / Перец черный молотый / Соль йодированная	30/7,5	6,56	9,11	6,92	135,91
ТТК	6902	Запеканка творожная с крошкой с повидлом Повидло / Запеканка творожная с крошкой: (Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / творог / Крупа манная / Яйцо свежее)	100/10	13,93	15,50	36,98	343,14
Гарниры и соусы							
482/96	11231	Капуста свежая тушеная Капуста свежая п/ф очищ. / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	125	2,92	3,14	11,59	86,30
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная / 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
Хлеб							
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	0,68	0,13	3,98	19,81
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	0,70	0,11	4,33	21,11
Мучные изделия							
107/08	6559	Булочка Ванильная Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Сахар песок / Ванилин / Мука в/с / Соль йодированная / Масло растительное	30	2,49	2,34	17,71	101,86
ТТК	13464	Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное)	30	2,73	1,84	20,75	110,48

Зав.производства: Котельникова О. А.

Ответственный за питание: /
СанПин 2.7.6.4.290-20

УТВЕРЖДАЮ: "ДРУЖБА"
Директор: / Солоднева Т.В.

Россия, 445000 Самарская обл. Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru