



МЕНЮ

на 21.01.2022

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	Ккалл
Таб. №24/96	11152	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	60	13,20	0,24	0,18	6,18	27,30
№ 123/08 Муч	7159	Булочка молочная с ветчиной Ветчина / Булочка Молочная: (Булочка Молочная: (Мука в/с / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Молоко / Масло растительное / Сахар песок))	25/30	20,00	6,27	6,66	17,85	156,42
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная / Масло сливочное	200/5	22,00	8,35	9,82	34,12	258,26
630/96	11435	Чай с молоком Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Молоко / Вода	160	7,00	1,16	1,40	13,86	72,68
Итого:				62,20	16,02	18,06	72,01	514,66
Итого ХЕ:					6,00			

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	Ккалл
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 / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый / Зелень	200	18,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК, акт 10/12/18г.	16072	Котлета Веста рыбная Котлета Веста рыбная из минтая п/ф 57г. / Масло растительное	50	31,00	8,68	4,94	8,39	112,74
200/96	8972	Картофель отварной Картофель п/ф	100	12,00	2,08	0,42	16,92	79,78
ТТК	9698	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
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
Таб. №24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	110	15,10	1,65	0,55	23,10	103,95
Итого:				87,10	24,96	16,03	99,32	641,43
Итого ХЕ:					8,28			

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	Ккалл
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 / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый / Зелень	200	18,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК, акт 10/12/18г.	16072	Котлета Веста рыбная Котлета Веста рыбная из минтая п/ф 57г. / Масло растительное	50	31,00	8,68	4,94	8,39	112,74
200/96	8972	Картофель отварной Картофель п/ф	100	12,00	2,08	0,42	16,92	79,78
ТТК	9698	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:				71,00	22,29	15,28	70,25	507,72
Итого ХЕ:					5,85			

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
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 / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый / Зелень	200	18,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК, акт 10/12/18г.	16072	Котлета Веста рыбная Котлета Веста рыбная из минтая п/ф 57г. / Масло растительное	50	31,00	8,68	4,94	8,39	112,74
200/96	8972	Картофель отварной Картофель п/ф	100	12,00	2,08	0,42	16,92	79,78
ТТК	9698	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81

пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
----	-------	---------------------------------------	----	------	------	------	-------	-------

Итого: 71,00 22,29 15,28 70,25 507,72
Итого ХЕ: 5,85

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
Таб. №24/96	11422	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
ТТК	184	Салат из моркови с сахаром Морковь свежая п/ф / Сахар песок	50	6,20	0,50	58,60	263,70
65/97	210	Салат из редьки с маслом Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Редька свежая / Соль йодированная	50	1,24	3,59	4,54	55,43
71/2004	481	Винегрет овощной Картофель(очищенный) / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Огурцы соленые / Капуста квашеная / Морковь свежая п/ф	50	0,82	5,02	4,19	65,22
Первые блюда							
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 / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый / Зелень	200	8,70	9,56	9,46	158,72
Вторые блюда							
ТТК, акт 10/12/18г.	16072	Котлета Веста рыбная Котлета Веста рыбная из минтая п/ф 57г. / Масло растительное	50	8,68	4,94	8,39	112,74
№ 403/96	1144	Плов из свинины (ококор) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90
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
Гарниры и соусы							
460/2013 Самар. обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	3,72	5,51	37,12	212,90
469/96; 516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
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							
ТТК	13487	Булочка Загадка Булочка Загадка (мак): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Вода / Мак / Масло растительное)	30	2,87	1,21	19,72	101,25
ТТК	13465	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак / Вода / Масло растительное)	30	2,58	1,12	17,83	91,72

Итого: 80,00

Зав. производством Котельникова О. А.

Ответственный за
СанПиН 2.1.3.2660-20

УТВЕРЖДАЮ
Директор КШП "Дружба"

/ Солоднева Т.В.

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

E-mail: eda0910@mail.ru