Согласовано:
Директор МБУ "Гимназия № 35"
Л.М. Сураева

МЕНЮ

на 23.11.2026

МБУ "Гимназия № 35"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	8995	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	85	0,34	0,34	9,60	42,84
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,79
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Таб 25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
		Итого:	**550**	**13,41**	**13,85**	**87,24**	**533,55**
		Итого ХЕ:				**7,27**	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб 25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,79
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	32,76
		Итого:	**510**	**11,47**	**13,06**	**72,70**	**458,04**
		Итого ХЕ:				**6,06**	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	90	0,36	0,27	9,27	40,95
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,79
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Таб 25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
		Итого:	**555**	**13,43**	**13,78**	**86,91**	**531,66**
		Итого ХЕ:				**7,24**	

Стоимость рациона: 95,46 руб.

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	90	0,36	0,27	9,27	40,95
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,79
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18

ПП	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Таб 25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
		Итого:	**555**	**13,43**	**13,78**	**86,91**	**531,66**
		Итого ХЕ:				**7,24**	

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	90	0,36	0,27	9,27	40,95
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,79
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Таб 25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
		Итого:	**555**	**13,43**	**13,78**	**86,91**	**531,66**
		Итого ХЕ:				**7,24**	

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс, обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,45
ТТК	20903	Котлета Классная с соусом томатным Котлета Классная п/ф 85 гр. (котл.мясо свинина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	70/20	9,29	25,04	9,71	301,37
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	39,00
ТТК	13494	Булочка Ромашка Булочка Ромашка: (Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин)	30	2,77	2,90	18,30	110,34
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	**720**	**21,96**	**37,26**	**91,78**	**790,45**
		Итого ХЕ:				**7,65**	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,45
ТТК	20901	Котлета Классная Котлета Классная п/ф 85 гр. (котл.мясо свинина) / Масло растительное	70	9,10	24,03	8,47	286,53
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	3,05	3,33	14,75	101,16
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	**600**	**15,95**	**31,71**	**52,32**	**558,41**
		Итого ХЕ:				**4,36**	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,45
ТТК	20903	Котлета Классная с соусом томатным Котлета Классная п/ф 85 гр. (котл.мясо свинина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	70/20	9,29	25,04	9,71	301,37
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	39,00
ТТК	13494	Булочка Ромашка Булочка Ромашка: (Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин)	30	2,77	2,90	18,30	110,34
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	**720**	**21,96**	**37,26**	**91,78**	**790,45**
		Итого ХЕ:				**7,65**	

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,45
ТТК	20903	Котлета Классная с соусом томатным Котлета Классная п/ф 85 гр. (котл.мясо свинина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	70/20	9,29	25,04	9,71	301,37
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	39,00
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ТТК	19748	Пицца Школьная с мясом прессованным Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в асс.на основе растительного масла Весна / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,97	5,33	17,58	134,20
		Итого:	**740**	**23,16**	**39,70**	**91,05**	**814,32**
		Итого ХЕ:				**7,59**	

Стоимость рациона: 133,65 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,45
ТТК	20903	Котлета Классная с соусом томатным Котлета Классная п/ф 85 гр. (котл.мясо свинина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	70/20	9,29	25,04	9,71	301,37
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	39,00
ПП	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

ТТК	19748	Пицца Школьная с мясом прессованным Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в асс.на основе растительного масла Весна / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,97	5,33	17,58	134,20
		Итого:	**740**	**23,16**	**39,70**	**91,05**	**814,32**
		Итого ХЕ:				**7,59**	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
	10911	Виноград свежий Виноград свежий в асс.	85	0,53	0,53	13,61	61,35
ТТК	2568	Салат из свежих фруктов (яблоко,банан) Бананы свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,74	0,32	21,53	91,98
ТТК	20043	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой : (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Кукуруза консервированная / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	1,98	4,04	10,82	87,56
19/2004	4792	Салат из свежих помидоров с луком Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная / Перец черный молотый	60	0,68	3,09	3,47	44,37
55/2004	20345	Салат картофельный с сельдью Салат картофельный с сельдью : (Картофель п/ф / Сельдь соленая филе / Лук репчатый п/ф / Масло растительное)	50	0,80	6,22	6,31	84,45
		Первые блюда					
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,45
		Вторые блюда					
ТТК	20905	Пельмени отварные МБ мясные с маслом Пельмени МБ мясные / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	13,36	24,56	43,38	448,01
401/96	12778	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс.	30/30	9,06	10,57	1,38	136,94
436/96	15458	Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
ТТК	21048	Котлета рубленая Фарш Классический категории Б / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	70	9,43	19,50	11,07	257,55
		Гарниры и соусы					
470/96	252	Картофель отварной (масло сл) Картофель п/ф / Масло сливочное / Соль йодированная	100	2,03	2,94	16,35	99,93
ТТК	6527	Рис оригинальный Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	4,30	6,18	41,84	240,16
464/96	18744	Каша гречневая вязкая Каша гречневая вязкая: (Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная)	180	5,49	5,99	26,55	182,11
		Третьи блюда					
628/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
		Хлеб					
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Мучные изделия					
614/2012	13439	Булочка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная	50	4,56	5,19	33,24	197,85
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	4,31	1,17	28,26	140,81

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производством: Котельникова О. А.

Ответственный за питание: _____/



Россия, 445043, Самарская обл., г. Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru