



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 72"
Гамов Сергей Иванович

МЕНЮ

на 07.09.2022

МБУ "Школа № 72"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	8995	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	85	9,20	0,03	0,03	0,83	3,77
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Крупа пшеничная / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное	200/5	25,00	8,57	7,64	42,52	273,12
ТТК	11580	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	180	7,00	0,12	0,05	11,85	48,33
695/08;741/04	620	Ватрушка с творогом Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода) / Мука в/с / Фарш творожный: (творог / Сахар песок / Мука в/с / Яйцо свежее / Ванилин) / Яйцо свежее / Масло растительное	75	21,00	10,02	5,03	32,48	215,27

Итого: 62,20 18,74 12,75 87,68 540,49
Итого ХЕ: 7,31

Завтрак 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
Таб. №24/96	5992	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	90	10,80	0,36	0,36	8,82	39,96
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Крупа пшеничная / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное	200/5	25,00	8,57	7,64	42,52	273,12
ТТК	11580	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	180	7,00	0,12	0,05	11,85	48,33
695/08;741/04	620	Ватрушка с творогом Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода) / Мука в/с / Фарш творожный: (творог / Сахар песок / Мука в/с / Яйцо свежее / Ванилин) / Яйцо свежее / Масло растительное	75	21,00	10,02	5,03	32,48	215,27

Итого: 63,80 19,07 13,08 95,67 576,68
Итого ХЕ: 7,97

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	5992	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	90	10,80	0,36	0,36	8,82	39,96
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Крупа пшеничная / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное	200/5	25,00	8,57	7,64	42,52	273,12
ТТК	11580	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	180	7,00	0,12	0,05	11,85	48,33
695/08;741/04	620	Ватрушка с творогом Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода) / Мука в/с / Фарш творожный: (творог / Сахар песок / Мука в/с / Яйцо свежее / Ванилин) / Яйцо свежее / Масло растительное	75	21,00	10,02	5,03	32,48	215,27

Итого: 63,80 19,07 13,08 95,67 576,68
Итого ХЕ: 7,97

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	6109	Огурец свежий Огурец свежий	65	9,00	0,46	0,07	1,26	7,51
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / 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) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	40,00	8,67	13,27	8,35	187,51
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	14,00	3,10	0,62	25,27	119,04
ТТК	11643	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	180	8,00	0,18	0,04	21,60	87,48
ТТК	19229	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	25	3,10	2,00	0,18	11,50	55,58
ПП	17092	Хлеб Дарницкий Хлеб в ассортименте	30	3,00	2,10	0,33	12,99	63,33

Итого: 87,10 27,69 26,82 92,42 721,83
Итого ХЕ: 7,70

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
Таб.№24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	3,00	0,18	0,03	0,48	2,91
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина,курица,рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / 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) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	40,00	8,67	13,27	8,35	187,51
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	14,00	3,10	0,62	25,27	119,04
ТТК	11643	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	180	8,00	0,18	0,04	21,60	87,48
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,40	1,60	0,14	9,20	44,46
ПП	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:				79,40	26,61	26,74	86,30	692,31
Итого ХЕ:					7,19			

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	3,00	0,18	0,03	0,48	2,91
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина,курица,рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / 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) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	40,00	8,67	13,27	8,35	187,51
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	14,00	3,10	0,62	25,27	119,04
ТТК	11643	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	180	8,00	0,18	0,04	21,60	87,48
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,40	1,60	0,14	9,20	44,46
ПП	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:				79,40	26,61	26,74	86,30	692,31
Итого ХЕ:					7,19			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота / Вода) / Лук репчатый п/ф)	50	0,48	2,56	2,27	34,04
49/2013	5068	Салат "Ароматный" Салат Ароматный: (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф очищ. / Лимонная кислота / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф)	50	0,64	5,00	1,72	54,44
ТАБ №24/96	5167	Виноград свежий Виноград свежий	80	0,50	0,50	12,81	57,74
Таб.№24/96	6686	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	120	1,80	0,60	25,20	113,40

Первые блюда

151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	11,18	12,32	11,46	201,39
--------	-------	--	-----	-------	-------	-------	--------

Вторые блюда

423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина,курица,рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / 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) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода	50	6,54	13,45	7,80	178,41
439/96	2028	Цыплята отварные Цыпленок бройлер. 1кат. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная	75	17,43	14,98	0,21	205,38

Гарниры и соусы

