



## МЕНЮ

на 09.11.2022

МБУ "Школа № 72"

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	18963	Котлета Пожарская <small>Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая <small>Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное</small>	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	4145	Чай фруктовый <small>Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Вода</small>	200	9,00	0,20	0,04	19,01	77,20
695/08	11741	Ватрушка с творогом <small>Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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</small>	50	14,00	6,67	3,37	21,67	143,73
ПП	13285	Батон в ассортименте <small>Батон</small>	50	6,29	3,75	1,45	25,70	130,85
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>81,29</b>	<b>27,00</b>	<b>21,70</b>	<b>99,30</b>	<b>700,52</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,27</b>			

### 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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	1888	Огурец солёный <small>Огурцы соленые</small>	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
ТТК	18963	Котлета Пожарская <small>Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая <small>Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное</small>	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	19229	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) <small>Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)</small>	25	3,80	2,00	0,18	11,50	55,58
<b>Итого:</b>			<b>465</b>	<b>63,80</b>	<b>19,54</b>	<b>17,29</b>	<b>59,73</b>	<b>472,66</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,98</b>			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	1888	Огурец солёный <small>Огурцы соленые</small>	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
ТТК	18963	Котлета Пожарская <small>Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая <small>Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное</small>	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	19229	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) <small>Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)</small>	25	3,80	2,00	0,18	11,50	55,58
<b>Итого:</b>			<b>465</b>	<b>63,80</b>	<b>19,54</b>	<b>17,29</b>	<b>59,73</b>	<b>472,66</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,98</b>			

### Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	18963	Котлета Пожарская <small>Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	37,00	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая <small>Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное</small>	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	4145	Чай фруктовый <small>Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Вода</small>	200	9,00	0,20	0,04	19,01	77,20
695/08	11741	Ватрушка с творогом <small>Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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</small>	50	14,00	6,67	3,37	21,67	143,73
ПП	13285	Батон в ассортименте <small>Батон</small>	50	6,29	3,75	1,45	25,70	130,85
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>81,29</b>	<b>27,00</b>	<b>21,70</b>	<b>99,30</b>	<b>700,52</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,27</b>			

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

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

Таб.№24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	150	16,00	0,60	0,60	14,70	66,60
159/97	16075	Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота	200	17,00	10,50	10,71	13,34	191,73
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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 1) / Лук репчатый п/ф	60/30	39,00	9,26	11,49	10,55	182,65
111/07 ДеЛи принт	11592	Картофель тушеный с луком и томатом Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Картофель п/ф	150	18,00	3,42	3,87	26,64	155,07
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
614/2012	13439	Булочка Ароматная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Коричная молотая / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное	50	11,00	4,56	5,19	33,24	197,91
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,19	1,60	0,14	9,20	44,46

**Итого:** 820 106,19 30,74 32,20 121,14 897,34  
**Итого ХЕ:** 10,10

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
159/97	16075	Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота	200	17,00	10,50	10,71	13,34	191,73
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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 1) / Лук репчатый п/ф	60/30	39,00	9,26	11,49	10,55	182,65
111/07 ДеЛи принт	11592	Картофель тушеный с луком и томатом Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Картофель п/ф	150	18,00	3,42	3,87	26,64	155,07
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,40	1,60	0,14	9,20	44,46

**Итого:** 620 79,40 25,58 26,41 73,20 632,83  
**Итого ХЕ:** 6,10

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
159/97	16075	Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота	200	17,00	10,50	10,71	13,34	191,73
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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 1) / Лук репчатый п/ф	60/30	39,00	9,26	11,49	10,55	182,65
111/07 ДеЛи принт	11592	Картофель тушеный с луком и томатом Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Картофель п/ф	150	18,00	3,42	3,87	26,64	155,07
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,40	1,60	0,14	9,20	44,46

**Итого:** 620 79,40 25,58 26,41 73,20 632,83  
**Итого ХЕ:** 6,10

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
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
71/2004	481	Винегрет овощной Картофель(очищенный) / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Огурцы соленые / Капуста квашеная / Морковь свежая п/ф	50	0,82	5,02	4,19	65,22
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	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,44	0,44	10,78	48,84
Таб.№24/96	13090	Десерт фруктовый (киви) Киви	70	0,56	0,28	5,67	27,44

**Первые блюда**

110/96	168	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне</b> Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / 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 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26
<b>Вторые блюда</b>							
439/96	2028	<b>Цыпленок отварной</b> Цыпленок бройлер. 1кат. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная 1	75	17,43	14,98	0,21	205,38
ТТК	18963	<b>Котлета Пожарская</b> Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	16836	<b>Оладьи куриные из филе</b> Оладьи куриные из филе: (Филе куриное зам. / Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Перец черный молотый / Соус майонезный)	50	7,24	15,21	8,17	198,48
№ 403/96	1144	<b>Плов из свинины (окорок)</b> Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90
<b>Гарниры и соусы</b>							
317,529/97	1702	<b>Гороховое пюре</b> Горох / Масло растительное / Соль йодированная 1	150	16,83	4,79	35,18	251,15
469/96	15762	<b>Спагетти отварные</b> Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	100	3,73	3,94	23,93	146,12
ТТК	15260	<b>Каша перловая с овощами</b> Крупа перловая / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Вода	150	3,65	15,41	25,18	254,04
<b>Третьи блюда</b>							
628/96	5520	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	17929	<b>Блинчики с повидлом</b> Блинчики Домашние п/ф / Повидло	45/5	2,18	3,20	13,18	90,21
№771/04	13470	<b>Булочка Октябрьская</b> Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Масло растительное	80	6,36	3,52	44,90	236,72
ТТК	17504	<b>Булочка Десертная (начинка)</b> Булочка Десертная (начинка): (Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Молоко / Мука в/с / Начинка термостабильная в асс. / Сахар песок / Сахарная пудра / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее)	50	3,84	4,57	24,22	153,40
<b>Хлеб</b>							
ТТК	19229	<b>Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)</b> Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	25	2,00	0,18	11,50	55,58
ПП	17092	<b>Хлеб Дарницкий</b> Хлеб в ассортименте	30	2,10	0,33	12,99	63,33
<b>Итого:</b>			<b>100,00</b>				

Зав.производства Ратина И. А.

Ответственный за питание  
СанПин 2.1.7.4.0390-20

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

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

E-mail: eda0910@mail.ru