



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 72"



Гамов Сергей Иванович

## МЕНЮ

на 13.09.2022

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
Таб.№24/96	6108	Помидор свежий Помидор свежий	65	10,20	0,73	0,13	2,52	14,17
ТТК	18961	Котлета Пожарская из п/ф 56г Котлета "Пожарская" п/ф / Масло растительное	50	25,00	9,30	7,10	8,50	135,10
205/07 ДеЛи принт	16493	Макароны отварные с овощами Макароны отварные с овощами (лук,мор,том. паста); (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	12,00	5,15	6,58	32,24	208,73
ТТК	14013	Чай яблочный Чай яблочный (местное): (Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода)	180	5,00	0,05	0,05	12,04	48,81
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	6,00	4,55	3,06	34,59	184,10
ТТК	19229	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	25	4,00	2,00	0,18	11,50	55,58
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>62,20</b>	<b>21,78</b>	<b>17,09</b>	<b>101,39</b>	<b>646,48</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,45</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	6183	Помидор свежий Помидор свежий	70	11,80	0,79	0,14	2,71	15,26
ТТК	18961	Котлета Пожарская из п/ф 56г Котлета "Пожарская" п/ф / Масло растительное	50	25,00	9,30	7,10	8,50	135,10
205/07 ДеЛи принт	16493	Макароны отварные с овощами Макароны отварные с овощами (лук,мор,том. паста); (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	12,00	5,15	6,58	32,24	208,73
ТТК	14013	Чай яблочный Чай яблочный (местное): (Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода)	180	5,00	0,05	0,05	12,04	48,81
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	6,00	4,55	3,06	34,59	184,10
ТТК	19229	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	25	4,00	2,00	0,18	11,50	55,58
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>63,80</b>	<b>21,84</b>	<b>17,10</b>	<b>101,58</b>	<b>647,57</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,47</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	6183	Помидор свежий Помидор свежий	70	11,80	0,79	0,14	2,71	15,26
ТТК	18961	Котлета Пожарская из п/ф 56г Котлета "Пожарская" п/ф / Масло растительное	50	25,00	9,30	7,10	8,50	135,10
205/07 ДеЛи принт	16493	Макароны отварные с овощами Макароны отварные с овощами (лук,мор,том. паста); (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	12,00	5,15	6,58	32,24	208,73
ТТК	14013	Чай яблочный Чай яблочный (местное): (Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода)	180	5,00	0,05	0,05	12,04	48,81
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	6,00	4,55	3,06	34,59	184,10
ТТК	19229	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	25	4,00	2,00	0,18	11,50	55,58
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>63,80</b>	<b>21,84</b>	<b>17,10</b>	<b>101,58</b>	<b>647,57</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,47</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	12078	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	170	8,00	11,30	1,90	109,60	500,70
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода	50	31,00	6,54	13,45	7,80	178,41
540/96	8473	Соус томатный 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)	30	3,00	0,29	1,52	1,85	22,24

464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
646/96	11904	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	180	8,00	0,18	0,04	23,16	93,72
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Яйцо свежее / Яйцо свежее	50	7,00	4,15	3,90	29,51	169,74
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,10	1,99	0,20	12,30	58,96
<b>Итого:</b>			<b>855</b>	<b>87,10</b>	<b>40,34</b>	<b>35,30</b>	<b>222,14</b>	<b>1 367,58</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>18,51</b>			

**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
Таб.№24/96	12078	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	170	8,00	11,30	1,90	109,60	500,70
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода	50	31,00	6,54	13,45	7,80	178,41
540/96	8473	Соус томатный 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)	30	3,00	0,29	1,52	1,85	22,24
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
646/96	11904	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	180	8,00	0,18	0,04	23,16	93,72
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,40	0,70	0,11	4,33	21,11
<b>Итого:</b>			<b>790</b>	<b>79,40</b>	<b>34,90</b>	<b>31,31</b>	<b>184,66</b>	<b>1 159,99</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>15,39</b>			

**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
Таб.№24/96	12078	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	170	8,00	11,30	1,90	109,60	500,70
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода	50	31,00	6,54	13,45	7,80	178,41
540/96	8473	Соус томатный 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)	30	3,00	0,29	1,52	1,85	22,24
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
646/96	11904	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	180	8,00	0,18	0,04	23,16	93,72
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	1,40	0,70	0,11	4,33	21,11
<b>Итого:</b>			<b>790</b>	<b>79,40</b>	<b>34,90</b>	<b>31,31</b>	<b>184,66</b>	<b>1 159,99</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>15,39</b>			

**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	13878	Салат Кабачок с салатной заправкой. Салат Кабачок с салатной заправкой (свежие): (Кабачки свежие / Масло растительное / Чеснок / Мука в/с / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота / Вода))	50	0,80	4,20	5,94	64,76
ТТК	16687	Салат из свежих огурцов со сладким перцем Салат из свежих огурцов со сладким перцем: (Огурец свежий / Лук зеленый / Перец болгарский / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота / Вода))	60	0,57	1,54	2,14	24,65
124 Тольятти 2013	7848	Салат из крабовых палочек с рисом Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Рис / Яйцо свежее / Соль йодированная / Соус майонезный	40	1,64	6,30	3,01	75,30
Таб.№24/96	9199	Дыня свежая Дыня св.	100	0,78	0,39	9,62	45,11
Таб.№24/96	2922	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Первые блюда</b>							
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Масло растительное	200	11,31	9,48	15,80	193,72
<b>Вторые блюда</b>							
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Филе куриное зам. / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная	50	12,12	7,11	4,27	129,59

№2 от 07,10,2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые куриные / Масло растительное	50	6,20	7,58	3,10	105,40
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
<b>Гарниры и соусы</b>							
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная / Масло сливочное	150	4,58	4,81	22,12	150,09
466/96;512/3/2 004	6528	Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная / Масло растительное	150	3,75	4,16	39,29	209,60
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
<b>Третьи блюда</b>							
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	14099	Бисквит Бисквит (маффинмикс): (Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Яйцо свежее / Сахарная пудра)	50	3,18	1,54	30,10	146,98
ТТК	13441	Витушка с маком Мука в/с / Молоко / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Мак	50	4,70	3,10	31,54	172,86
ТТК	14056	Бантик с начинкой в ассортименте Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная / Вода / Дрожжи прессованные / Начинка термост.Веста в асс. / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Масло растительное	50	3,90	3,60	28,74	162,96
<b>Хлеб</b>							
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89
ПП	17092	Хлеб Дарницкий Хлеб в ассортименте	30	2,10	0,33	12,99	63,33

**Итого: 100,00**

Зав.производством Ретина И. А.

Ответственный за питание  
СанПин 2.1.4.2390-20

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

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

E-mail: eda0910@mail.ru