



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 72"

Гамов Сергей Иванович

МЕНЮ

на 13.01.2022

МБУ "Школа № 72"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окороч б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Перец черный молотый	50	31,00	6,54	13,45	7,80	178,41
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	11,00	3,72	5,51	37,12	212,90
698/97	10199	Компот из яблок Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота	160	10,20	0,15	0,15	22,72	92,83
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте Трубочка слоеная в ассортименте п/ф 42г / Яйцо свежее	35	8,00	1,64	5,74	14,41	115,86
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96

Итого: 62,20 14,04 25,05 94,35 658,96

Итого ХЕ: 7,86

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окороч б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Перец черный молотый	50	31,00	6,54	13,45	7,80	178,41
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	11,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	15912	Чай яблочный Яблоко свежее / Чай черный (развесной) / Сахар песок / Вода	160	5,00	0,20	0,06	10,16	41,94
ТТК	14022	Бисквит Бисквит (маффинмикс): (Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Яйцо свежее / Сахарная пудра)	30	6,00	1,91	0,92	18,06	88,16
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	4,00	2,25	0,87	15,42	78,51

Итого: 57,00 14,62 20,80 88,55 599,92

Итого ХЕ: 7,38

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окороч б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Перец черный молотый	50	31,00	6,54	13,45	7,80	178,41
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	11,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	15912	Чай яблочный Яблоко свежее / Чай черный (развесной) / Сахар песок / Вода	160	5,00	0,20	0,06	10,16	41,94
ТТК	14022	Бисквит Бисквит (маффинмикс): (Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Яйцо свежее / Сахарная пудра)	30	6,00	1,91	0,92	18,06	88,16
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	4,00	2,25	0,87	15,42	78,51

Итого: 57,00 14,62 20,80 88,55 599,92

Итого ХЕ: 7,38

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	14,00	1,82	4,16	11,06	88,96
469/04	632	Фрикадельки из мяса птицы, говядина Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная / Перец черный молотый / Масло растительное	55	34,00	9,09	8,72	7,86	146,28
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	14,00	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	9070	Чай ягодный замороженная (смесь) Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	160	5,00	0,11	0,04	10,55	43,00
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
ПП	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53

Итого: 71,00 16,91 16,89 66,42 485,29

Итого ХЕ: 5,54

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	14,00	1,82	4,16	11,06	88,96
469/04	632	Фрикадельки из мяса птицы, говядина Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная / Перец черный молотый / Масло растительное	55	34,00	9,09	8,72	7,86	146,28
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	14,00	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	9070	Чай ягодный замороженная (смесь) Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	160	5,00	0,11	0,04	10,55	43,00
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
ПП	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:				71,00	16,91	16,89	66,42	485,29
Итого ХЕ:					5,54			

Раздача свободного выбора без 1-го блюда за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
ТТК	3121	Яйцо под соусом Яйцо свежее / Соус майонезный	0,5/10	2,82	9,00	0,51	94,32
ТТК	13676	Салат "Серпент" Салат Серпент: (Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Соль йодированная / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Перец черный молотый / Соль йодированная / Лимонная кислота / Вода))	60	0,66	1,55	1,98	24,51
ТТК	6950	Салат "Витаминный" Салат Витаминный с маслом растительным: (Капуста свежая п/ф очищ. / Лимонная кислота / Вода / Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Сахар песок)	50	0,67	2,57	5,75	48,81
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28
Вторые блюда							
439/96	2028	Цыпльата отварные Цыпльата бройлер. 1кат. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная	75	17,43	14,98	0,21	205,38
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Перец черный молотый	50	6,54	13,45	7,80	178,41
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
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15
Третьи блюда							
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
Мучные изделия							
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло сливочное	50	4,04	3,38	29,56	164,82
ТТК	14022	Бисквит Бисквит (маффиникс): (Смесь сухая Маффиникс 25 в ассортименте / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Яйцо свежее / Сахарная пудра)	30	1,91	0,92	18,06	88,16
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	4,55	3,06	34,59	184,10
Хлеб							
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,53

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							
ТТК	3121	Яйцо под соусом Яйцо свежее / Соус майонезный	0,5/10	2,82	9,00	0,51	94,32
ТТК	13676	Салат "Серпент" Салат Серпент: (Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Соль йодированная / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Перец чили-молотый / Соль-йодированная / Лимонная кислота / Вода))	60	0,66	1,55	1,98	24,51

К	6950	Салат "Витаминный" Салат Витаминный с маслом растительным: (Капуста свежая п/ф очищ. / Лимонная кислота / Вода / Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Сахар песок)	50	0,67	2,57	5,75	48,81
Таб.24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28
Первые блюда							
174/97	15855	Суп крестьянский с перловкой Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа перловая / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Вода / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый	200	1,79	4,21	10,95	88,89
Вторые блюда							
439/96	2028	Цыпленок отварной Цыпленок бройлер. 1кат. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная	75	17,43	14,98	0,21	205,38
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченная Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная / Вода / Перец черный молотый	50	6,54	13,45	7,80	178,41
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
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15
Третьи блюда							
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
Мучные изделия							
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло сливочное	50	4,04	3,38	29,56	164,82
ТТК	14022	Бисквит Бисквит (маффинмикс): (Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Яйцо свежее / Сахарная пудра)	30	1,91	0,92	18,06	88,16
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	4,55	3,06	34,59	184,10
Хлеб							
ТТК	18450	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	10	0,70	0,11	4,33	21,11
ТТК	18277	Хлеб Дарницкий Хлеб в ассортименте	15	1,05	0,17	6,50	31,67
Итого:			80,00				

Зав.производством: Ветина И.А.

Ответственный: /
СанПин 2. /

УТВЕРЖДЕНО: "ДРУЖБА"
Директор ЗАО КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

Россия, 445000, Марксовский район, с/пос. Ягодный, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru