



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 72"

Гамов Сергей Иванович

МЕНЮ

на 14.01.2022

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	Ккалл
Таблица №4/96	8161	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	150/5	18,00	6,28	8,28	25,62	202,12
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	4,20	0,90	0,23	13,47	59,55
701/96	422	Сосиска запеченная в тесте Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Сосиски	50/50	40,00	10,29	14,85	29,76	293,85
Итого:			62,20	17,47	23,36	68,85	555,52	
Итого ХЕ:				5,74				



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	Ккалл
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная / Масло сливочное	200/5	22,00	8,35	9,82	34,12	258,26
ТТК	15868	Морс черносмородиновый (концентрат) Концентрат черносмор. / Вода	160	12,00			13,20	52,80
701/96	515	Сосиска запеченная в тесте Сосиски / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода)	25/50	23,00	7,54	8,88	29,66	228,72
Итого:			57,00	15,89	18,70	76,98	539,78	
Итого ХЕ:				6,42				

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная / Масло сливочное	200/5	22,00	8,35	9,82	34,12	258,26
ТТК	15868	Морс черносмородиновый (концентрат) Концентрат черносмор. / Вода	160	12,00			13,20	52,80
701/96	515	Сосиска запеченная в тесте Сосиски / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода)	25/50	23,00	7,54	8,88	29,66	228,72
Итого:			57,00	15,89	18,70	76,98	539,78	
Итого ХЕ:				6,42				

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	Ккалл
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 / Суловой набор)	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
ТТК	18915	Котлета Веста рыбная из минтая Котлета Веста рыбная из минтая п/ф 102г. / Масло растительное	90	41,00		5,00		44,96
200/96	8972	Картофель отварной Картофель п/ф	100	12,00	2,08	0,42	16,92	79,78
ТТК	15912	Чай яблочный Яблоко свежее / Чай черный (развесной) / Сахар песок / Вода	160	5,00	0,20	0,06	10,16	41,94
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:			71,00	15,91	18,17	53,69	441,95	
Итого ХЕ:				4,47				

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
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 / Суловой набор)	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
ТТК	18915	Котлета Веста рыбная из минтая Котлета Веста рыбная из минтая п/ф 102г. / Масло растительное	90	41,00		5,00		44,96
200/96	8972	Картофель отварной Картофель п/ф	100	12,00	2,08	0,42	16,92	79,78
ТТК	15912	Чай яблочный Яблоко свежее / Чай черный (развесной) / Сахар песок / Вода	160	5,00	0,20	0,06	10,16	41,94
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:			71,00	15,91	18,17	53,69	441,95	
Итого ХЕ:				4,47				

Раздача свободного выбора без 1-го блюда 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 <small>Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная</small>	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
58/13	13698	Салат из моркови с чесноком и соусом <small>Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Чеснок / Соус майонезный)</small>	50	0,78	5,07	3,30	61,95
ТТК Таб. №24/9 6	15422	Русский разносол <small>Капуста квашеная / Огурцы соленые / Помидоры соленые</small>	80	0,78	0,06	1,46	9,48
Таб. №24/96	10444	Десерт фруктовый (мандарин) <small>Мандарины свежие</small>	70	0,56	0,14	5,25	24,50
Вторые блюда							
456/04	9567	Зразы рубленые из говядины <small>Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Хлеб в ассортименте / Молоко / Лук репчатый п/ф / Масло сливочное / Яйцо свежее / Зелень / Сухари панировочные / Соль йодированная / Масло растительное</small>	50	7,39	9,05	7,61	141,45
469/04	632	Фрикадельки из мяса птицы, говядина <small>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</small>	55	9,09	8,72	7,86	146,28
ТТК	1120	Котлета Пожарская из цыплят <small>Котлета Пожарская п/ф б1г замороз. / Масло растительное</small>	55	13,60	18,17	13,00	269,93
Гарниры и соусы							
255/96, таб №4	139	Каша гречневая рассыпчатая <small>Крупа гречневая / Соль йодированная / Вода / Масло сливочное</small>	100	5,85	4,06	26,43	165,66
469/96	15763	Спагетти отварные <small>Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное</small>	150	5,60	5,66	35,88	216,84
200/96	8972	Картофель отварной <small>Картофель п/ф</small>	100	2,08	0,42	16,92	79,78
Третьи блюда							
628/96	10781	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</small>	160	0,80	0,20	13,47	58,92
Мучные изделия							
ТТК	10792	Булочка сахарная <small>Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное</small>	50	4,55	3,06	34,59	184,10
ТТК	10164	Булочка с кунжутом <small>Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее</small>	50	4,31	1,17	28,26	140,81
ТТК	175	Плюшка Московская <small>Мука в/с / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное</small>	50	4,25	3,19	31,17	170,39
Хлеб							
пп	17588	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	25	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий <small>Хлеб ржаной</small>	25	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:			71,00				

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом 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 <small>Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная</small>	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
58/13	13698	Салат из моркови с чесноком и соусом <small>Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Чеснок / Соус майонезный)</small>	50	0,78	5,07	3,30	61,95
ТТК Таб. №24/9 6	15422	Русский разносол <small>Капуста квашеная / Огурцы соленые / Помидоры соленые</small>	80	0,78	0,06	1,46	9,48
Таб. №24/96	10444	Десерт фруктовый (мандарин) <small>Мандарины свежие</small>	70	0,56	0,14	5,25	24,50
Первые блюда							
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне <small>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)</small>	200	11,18	12,32	11,46	201,39
Вторые блюда							
456/04	9567	Зразы рубленые из говядины <small>Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Хлеб в ассортименте / Молоко / Лук репчатый п/ф / Масло сливочное / Яйцо свежее / Зелень / Сухари панировочные / Соль йодированная / Масло растительное</small>	50	7,39	9,05	7,61	141,45
469/04	632	Фрикадельки из мяса птицы, говядина <small>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</small>	55	9,09	8,72	7,86	146,28
ТТК	1120	Котлета Пожарская из цыплят <small>Котлета Пожарская п/ф б1г замороз. / Масло растительное</small>	55	13,60	18,17	13,00	269,93
Гарниры и соусы							

