



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 72"

Гамов Сергей Иванович

МЕНЮ

на 09.03.2023

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№4/96 | 9742 | Каша молочная ячневая с маслом <small>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное</small> | 200/5 | 24,00 | 7,33 | 7,65 | 35,72 | 241,05 |
| ТТК | 14005 | Чай яблочный <small>Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</small> | 200 | 6,00 | 0,06 | 0,06 | 13,38 | 54,30 |
| ТТК | 19744 | Мясное кулинарное изделие запеченное в тесте <small>Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти</small> | 25/50 | 22,00 | 4,91 | 3,40 | 29,49 | 168,22 |
| Таб.24/96 | 2464 | Десерт фруктовый (апельсин) <small>Апельсины свежие</small> | 100 | 15,80 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 37,80 |
| Итого: | | | 580 | 67,80 | 13,20 | 11,31 | 86,69 | 501,37 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,22 | | | |

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№4/96 | 9742 | Каша молочная ячневая с маслом <small>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное</small> | 200/5 | 24,00 | 7,33 | 7,65 | 35,72 | 241,05 |
| ТТК | 14005 | Чай яблочный <small>Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</small> | 200 | 6,00 | 0,06 | 0,06 | 13,38 | 54,30 |
| ТТК | 19744 | Мясное кулинарное изделие запеченное в тесте <small>Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти</small> | 25/50 | 22,00 | 4,91 | 3,40 | 29,49 | 168,22 |
| Таб.24/96 | 5224 | Десерт фруктовый (апельсин) <small>Апельсины свежие</small> | 80 | 11,80 | 0,72 | 0,16 | 6,48 | 30,24 |
| Итого: | | | 560 | 63,80 | 13,02 | 11,27 | 85,07 | 493,81 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,09 | | | |

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№4/96 | 9742 | Каша молочная ячневая с маслом <small>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное</small> | 200/5 | 24,00 | 7,33 | 7,65 | 35,72 | 241,05 |
| ТТК | 14005 | Чай яблочный <small>Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</small> | 200 | 6,00 | 0,06 | 0,06 | 13,38 | 54,30 |
| ТТК | 19744 | Мясное кулинарное изделие запеченное в тесте <small>Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти</small> | 25/50 | 22,00 | 4,91 | 3,40 | 29,49 | 168,22 |
| Таб.24/96 | 5224 | Десерт фруктовый (апельсин) <small>Апельсины свежие</small> | 80 | 11,80 | 0,72 | 0,16 | 6,48 | 30,24 |
| Итого: | | | 560 | 63,80 | 13,02 | 11,27 | 85,07 | 493,81 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,09 | | | |

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 |
| Таб№4/96 | 9742 | Каша молочная ячневая с маслом <small>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное</small> | 200/5 | 24,00 | 7,33 | 7,65 | 35,72 | 241,05 |
| ТТК | 14005 | Чай яблочный <small>Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</small> | 200 | 6,00 | 0,06 | 0,06 | 13,38 | 54,30 |
| ТТК | 19744 | Мясное кулинарное изделие запеченное в тесте <small>Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти</small> | 25/50 | 22,00 | 4,91 | 3,40 | 29,49 | 168,22 |
| Таб.№24/96 | 5568 | Десерт фруктовый (апельсин) <small>Апельсины свежие</small> | 170 | 26,86 | 1,44 | 0,32 | 12,96 | 60,48 |
| Итого: | | | 650 | 78,86 | 13,74 | 11,43 | 91,55 | 524,05 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,63 | | | |

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 |
| 110/96 | 168 | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне <small>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</small> | 200 | 16,00 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| ТТК | 19217 | Шашлык из филе цыплят с соусом томатным <small>Шашлык из филе цыплят: (Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус для детей в асс.) / 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)</small> | 40/30 | 43,00 | 8,36 | 8,63 | 9,85 | 150,53 |

| | | | | | | | | |
|---------------------|-------|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 469/96 | 15763 | Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 12,00 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| пп | 17037 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 35 | 3,40 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| Итого: | | | 655 | 79,40 | 19,07 | 18,99 | 86,88 | 594,70 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,24 | | | |

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 |
| 110/96 | 168 | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 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 | 16,00 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| ТТК | 19217 | Шашлык из филе цыплят с соусом томатным Шашлык из филе цыплят: (Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус для детей в асс.) / 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) | 40/30 | 43,00 | 8,36 | 8,63 | 9,85 | 150,53 |
| 469/96 | 15763 | Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 12,00 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| пп | 17037 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 35 | 3,40 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| Итого: | | | 655 | 79,40 | 19,07 | 18,99 | 86,88 | 594,70 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,24 | | | |

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 110/96 | 168 | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 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 | 16,00 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| ТТК | 19217 | Шашлык из филе цыплят с соусом томатным Шашлык из филе цыплят: (Соль йодированная 1 / Филе куриное зам. / Масло растительное / Соус для детей в асс.) / 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) | 40/30 | 43,00 | 8,36 | 8,63 | 9,85 | 150,53 |
| 469/96 | 15763 | Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 12,00 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| пп | 17037 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 35 | 3,40 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| Таб.№24/96 | 7092 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 90 | 15,54 | 0,72 | 0,18 | 6,75 | 31,50 |
| Итого: | | | 745 | 94,94 | 19,79 | 19,17 | 93,63 | 626,20 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,80 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|-----------------------|-----------|---|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| ТТК | 16035 | Фасоль стручковая припущенная Фасоль стручковая припущенная замороженная: (Фасоль стручковая замороженная / Масло растительное) | 40 | 9,24 | 1,51 | 20,68 | 133,29 |
| ТТК | 16879 | Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Соус для детей от Злет в асс. / Капуста пекинская | 0,5/10/10 | 2,72 | 7,65 | 0,68 | 82,40 |
| 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 |
| Таб.24/96 | 9800 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное | 100 | 0,40 | 0,40 | 11,30 | 50,40 |
| Таб.№24/96 | 5625 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 70 | 0,63 | 0,14 | 5,67 | 26,46 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 110/96 | 168 | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 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 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| 439/96 | 2028 | Цыпленок отварные Цыпленок бройлер. 1кат. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная 1 | 75 | 17,43 | 14,98 | 0,21 | 205,38 |
| | 17748 | Рулет Галантин с сыром Рулет Галантин с сыром п/ф | 50 | 11,41 | 9,98 | 0,50 | 137,45 |

