



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 72"

Гамов Сергей Иванович

## МЕНЮ

на 21.10.2025

МБУ "Школа № 72"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс,  
учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых  
принимает участие в специальной военной операции

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                    | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |              |                                                                                                                                                                                                                                 |              | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| Таб.24/96           | 10185        | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное                                                                                                                                                                              | 70           | 0,28             | 0,28  | 7,91     | 35,28  |
| ТТК                 | 20522        | Спагетти мясное с соусом<br>Спагетти мясное Лада / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) | 90           | 8,35             | 12,06 | 3,71     | 156,80 |
| 469/96;516/3/0<br>4 | 1669         | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                           | 150          | 5,65             | 4,29  | 36,02    | 205,29 |
| ТТК                 | 13514        | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок                                                                                                          | 200          | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
|                     | 3026         | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                | 45           | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |
| Итого:              |              |                                                                                                                                                                                                                                 | 555          | 17,84            | 17,04 | 82,73    | 555,66 |
| Итого ХЕ:           |              |                                                                                                                                                                                                                                 |              |                  |       | 6,89     |        |

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

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                    | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |              |                                                                                                                                                                                                                                 |              | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| ТТК                 | 20522        | Спагетти мясное с соусом<br>Спагетти мясное Лада / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) | 90           | 8,35             | 12,06 | 3,71     | 156,80 |
| 469/96;516/3/0<br>4 | 1669         | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                           | 150          | 5,65             | 4,29  | 36,02    | 205,29 |
| ТТК                 | 13514        | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок                                                                                                          | 200          | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
|                     | 3026         | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                | 45           | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |
| Итого:              |              |                                                                                                                                                                                                                                 | 485          | 17,56            | 16,76 | 74,82    | 520,38 |
| Итого ХЕ:           |              |                                                                                                                                                                                                                                 |              |                  |       | 6,24     |        |

по 11 класс

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                    | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |              |                                                                                                                                                                                                                                 |              | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| ТТК                 | 20522        | Спагетти мясное с соусом<br>Спагетти мясное Лада / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) | 90           | 8,35             | 12,06 | 3,71     | 156,80 |
| 469/96;516/3/0<br>4 | 1669         | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                           | 150          | 5,65             | 4,29  | 36,02    | 205,29 |
| ТТК                 | 13514        | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок                                                                                                          | 200          | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
|                     | 3026         | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                | 45           | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |
| Итого:              |              |                                                                                                                                                                                                                                 | 485          | 17,56            | 16,76 | 74,82    | 520,38 |
| Итого ХЕ:           |              |                                                                                                                                                                                                                                 |              |                  |       | 6,24     |        |

Стоимость рациона: 70,1 руб.

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных  
представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                    | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |              |                                                                                                                                                                                                                                 |              | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| Таб.№24/96          | 7016         | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее                                                                                                                                                                                      | 175          | 0,70             | 0,70  | 17,15    | 77,70  |
| ТТК                 | 20522        | Спагетти мясное с соусом<br>Спагетти мясное Лада / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) | 90           | 8,35             | 12,06 | 3,71     | 156,80 |
| 469/96;516/3/0<br>4 | 1669         | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                           | 150          | 5,65             | 4,29  | 36,02    | 205,29 |
| ТТК                 | 13514        | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок                                                                                                          | 200          | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
|                     | 3026         | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                | 45           | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |
| Итого:              |              |                                                                                                                                                                                                                                 | 660          | 18,26            | 17,46 | 91,97    | 598,08 |
| Итого ХЕ:           |              |                                                                                                                                                                                                                                 |              |                  |       | 7,66     |        |

| Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак) |           |                                                                                                                                                                                                                                 |           |                  |       |          |        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| Сборник рецептур                                                                                                                    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                    | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|                                                                                                                                     |           |                                                                                                                                                                                                                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| Таб.№24/96                                                                                                                          | 7016      | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее                                                                                                                                                                                      | 175       | 0,70             | 0,70  | 17,15    | 77,70  |
| ТТК                                                                                                                                 | 20522     | Спагетти мясное с соусом<br>Спагетти мясное Лада / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) | 90        | 8,35             | 12,06 | 3,71     | 156,80 |
| 469/96;516/3/04                                                                                                                     | 1669      | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                           | 150       | 5,65             | 4,29  | 36,02    | 205,29 |
| ТТК                                                                                                                                 | 13514     | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок                                                                                                          | 200       | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
|                                                                                                                                     | 3026      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                | 45        | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |
| Итого:                                                                                                                              |           |                                                                                                                                                                                                                                 | 660       | 18,26            | 17,46 | 91,97    | 598,08 |
| Итого ХЕ:                                                                                                                           |           |                                                                                                                                                                                                                                 |           |                  |       | 7,66     |        |

| Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |                  |       |          |        |
|----------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| Сборник рецептур                                               | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|                                                                |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 82/07 ДеЛи принт                                               | 15246     | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200       | 1,55             | 4,11  | 10,25    | 84,23  |
| 403/96                                                         | 20425     | Плов из свинины (свин.лопатка)<br>Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                | 40/150    | 4,88             | 10,88 | 39,99    | 277,44 |
| ТТК                                                            | 20528     | Напиток Витошка витаминизированный<br>Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)                                                                                                                                                                                   | 200       |                  |       | 9,70     | 38,80  |
| ТТК                                                            | 175       | Плюшка Московская<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                    | 50        | 4,25             | 3,19  | 31,17    | 170,39 |
| ПП                                                             | 198       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                      | 35        | 2,66             | 0,28  | 17,22    | 82,04  |
| ПП                                                             | 13185     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                            | 30        | 2,04             | 0,39  | 11,94    | 59,43  |
| Итого:                                                         |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 705       | 15,39            | 18,86 | 120,27   | 712,33 |
| Итого ХЕ:                                                      |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |                  |       | 10,02    |        |

| 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. | Пищевая ценность |       |          |        |
|                                                                                                                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 82/07 ДеЛи принт                                                                                                 | 15246     | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200       | 1,55             | 4,11  | 10,25    | 84,23  |
| 403/96                                                                                                           | 19911     | Плов из свинины (свин.лопатка)<br>Рис / Свинина б/к (лопатка) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                | 30/150    | 4,67             | 8,30  | 39,99    | 253,32 |
| ТТК                                                                                                              | 20528     | Напиток Витошка витаминизированный<br>Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)                                                                                                                                                                                   | 200       |                  |       | 9,70     | 38,80  |
| ПП                                                                                                               | 198       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                      | 35        | 2,66             | 0,28  | 17,22    | 82,04  |
| Итого:                                                                                                           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 615       | 8,88             | 12,69 | 77,16    | 458,39 |
| Итого ХЕ:                                                                                                        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |                  |       | 6,43     |        |

| по 11 класс                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |                  |       |          |        |
|------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| Сборник рецептур             | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|                              |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 82/07 ДеЛи принт             | 15246     | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200       | 1,55             | 4,11  | 10,25    | 84,23  |
| 403/96                       | 19911     | Плов из свинины (свин.лопатка)<br>Рис / Свинина б/к (лопатка) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                | 30/150    | 4,67             | 8,30  | 39,99    | 253,32 |
| ТТК                          | 20528     | Напиток Витошка витаминизированный<br>Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)                                                                                                                                                                                   | 200       |                  |       | 9,70     | 38,80  |
| ПП                           | 198       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                      | 35        | 2,66             | 0,28  | 17,22    | 82,04  |
| Итого:                       |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 615       | 8,88             | 12,69 | 77,16    | 458,39 |
| Итого ХЕ:                    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |                  |       | 6,43     |        |
| Стоимость рациона: 87,1 руб. |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |                  |       |          |        |

| Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |                  |      |          |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------|
| Сборник рецептур                                                                                                                        | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Выход гр. | Пищевая ценность |      |          |       |
|                                                                                                                                         |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 82/07 ДеЛи принт                                                                                                                        | 15246     | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200       | 1,55             | 4,11 | 10,25    | 84,23 |

|           |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |       |       |       |        |
|-----------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 403/96    | 20425 | Плов из свинины (свин.лопатка)<br>Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                   | 40/150 | 4,88  | 10,88 | 39,99 | 277,44 |
| ТТК       | 20528 | Напиток Витошка витаминизированный<br>Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)                                                                                                                                                                                      | 200    |       |       | 9,70  | 38,80  |
| 697/96    | 1779  | Расстегай с говядиной и луком<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная | 50     | 7,57  | 4,37  | 22,09 | 157,97 |
| ПП        | 12649 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб в ассортименте                                                                                                                                                                                                                                                                    | 20     | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ТТК       | 20251 | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                               | 20     | 1,36  | 0,26  | 7,96  | 39,62  |
| Итого:    |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 680    | 16,89 | 19,79 | 99,83 | 644,94 |
| Итого ХЕ: |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |       |       | 8,32  |        |

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ),  
для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей)  
которых, принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 82/07 ДеЛи принт | 15246     | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200       | 1,55             | 4,11  | 10,25    | 84,23  |
| 403/96           | 20425     | Плов из свинины (свин.лопатка)<br>Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                | 40/150    | 4,88             | 10,88 | 39,99    | 277,44 |
| ТТК              | 20528     | Напиток Витошка витаминизированный<br>Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)                                                                                                                                                                                   | 200       |                  |       | 9,70     | 38,80  |
| ТТК              | 175       | Плюшка Московская<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                    | 50        | 4,25             | 3,19  | 31,17    | 170,39 |
| ПП               | 198       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                      | 35        | 2,66             | 0,28  | 17,22    | 82,04  |
| ПП               | 13185     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                            | 30        | 2,04             | 0,39  | 11,94    | 59,43  |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 705       | 15,39            | 18,86 | 120,27   | 712,33 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |                  |       | 10,02    |        |

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

| Сборник рецептур             | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                       | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                              |           |                                                                                                                                                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 682/96                       | 1836      | Оладьи со сгущенным молоком<br>Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное | 150/20    | 13,88            | 16,22 | 77,69    | 512,26 |
| ТТК                          | 20528     | Напиток Витошка витаминизированный<br>Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)                                                                | 200       |                  |       | 9,70     | 38,80  |
| Итого:                       |           |                                                                                                                                                                                    | 370       | 13,88            | 16,22 | 87,39    | 551,06 |
| Итого ХЕ:                    |           |                                                                                                                                                                                    |           |                  |       | 7,28     |        |
| Стоимость рациона: 43,9 руб. |           |                                                                                                                                                                                    |           |                  |       |          |        |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                   | Выход | Пищевая ценность |      |          |       |
|------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------|------|----------|-------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                |       | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда   |           |                                                                                                                                                                                                                                                                |       |                  |      |          |       |
|                  | 11851     | Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой<br>Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф) | 40    | 0,38             | 2,04 | 1,81     | 27,12 |
| ТТК              | 10837     | Салат из свежей капусты с кукурузой<br>Капуста свежая п/ф (очищенная) / Кукуруза консервированная / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота                                                               | 50    | 0,99             | 2,02 | 5,41     | 43,78 |
| 58/13            | 10909     | Салат из моркови с чесноком и соусом<br>Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Чеснок)                                                                                               | 60    | 0,93             | 6,08 | 3,96     | 74,28 |
| Таб.24/96        | 7737      | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие                                                                                                                                                                                                                | 75    | 0,68             | 0,15 | 6,08     | 28,39 |
| Таб.№24/96       | 9681      | Дыня свежая<br>Дыня св.                                                                                                                                                                                                                                        | 80    | 0,62             | 0,31 | 7,70     | 36,07 |

Первые блюда

|              |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |       |       |       |        |
|--------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 120/96       | 171   | Щи из свежей капусты с картофелем<br>Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист                                                                                 | 200   | 1,52  | 4,11  | 7,35  | 72,47  |
| Вторые блюда |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |       |       |       |        |
| ТТК          | 18963 | Котлета куриная "Пожарская"<br>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                  | 70    | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| Таб№17/96    | 13908 | Филе куриное отварное<br>Филе куриное охл. / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 40    | 7,90  | 7,07  | 7,02  | 123,31 |
| 416/96       | 5456  | Биточки рубленые из говядины с соусом<br>Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 50/30 | 8,96  | 8,32  | 10,12 | 151,20 |
| ТТК          | 20242 | Блинчики с вареной гущенкой<br>Блинчики с вареной гущенкой / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                            | 170   | 27,20 | 15,77 | 35,19 | 391,47 |

### Гарниры и соусы

|                       |      |                                                                                        |     |      |      |       |        |
|-----------------------|------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 464/96                | 3714 | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная  | 150 | 4,58 | 4,81 | 22,12 | 150,09 |
| 469/96;516/3/0<br>4   | 1669 | Макаронны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| 466/96;512/3/2<br>004 | 6528 | Рис припущенный<br>Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная                 | 150 | 3,75 | 4,16 | 39,29 | 209,60 |

### Третьи блюда

|     |       |                                                                                                 |     |  |  |      |       |
|-----|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--|--|------|-------|
| ТТК | 19810 | Чай с сахаром п/с<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 |  |  | 6,99 | 27,94 |
|-----|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--|--|------|-------|

### Мучные изделия

|        |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |       |      |      |       |        |
|--------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 701/96 | 20565 | Спагетти мясное запеченая в тесте<br>Яйцо свежее / Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Спагетти мясное Лада / Мука в/с / Масло растительное                                                                                                                         | 30/50 | 8,69 | 7,99 | 30,48 | 228,60 |
| ТТК    | 20550 | Пицца с сосисками Молодежными с соусом<br>Яйцо свежее / Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Изделия колбасные вареные из мяса кур охл. сосиски Молодежные МБ / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сыр / Томатная паста в асс. / Масло растительное | 50    | 5,87 | 9,82 | 15,63 | 174,35 |
| ТТК    | 14099 | Бисквит<br>Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)                                                                                                                                                                                                | 50    | 3,18 | 1,54 | 30,10 | 146,98 |

### Хлеб

|     |       |                                  |    |      |      |      |       |
|-----|-------|----------------------------------|----|------|------|------|-------|
| ТТК | 18152 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 10 | 0,79 | 0,10 | 4,83 | 23,38 |
|-----|-------|----------------------------------|----|------|------|------|-------|

Стоимость рациона: 137 руб.

Зав.производства Ретина, И. А.

Ответственный за питание  
СанПин 2.3/2.4.3590-20



Россия, 445043, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru