



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 72"

Гамов Сергей Иванович

## МЕНЮ

на 10.11.2025

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          | 10235        | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное                                                                  | 90           | 0,36             | 0,36  | 10,17    | 45,36  |
| ТТК                 | 16323        | Бутерброд с сыром (батон)<br>Батон / Сыр                                                                            | 20/25        | 6,75             | 6,92  | 12,85    | 140,67 |
| Таблица<br>№4/96    | 6705         | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5        | 8,35             | 9,82  | 34,12    | 258,26 |
| 628/96г.            | 259          | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                         | 200          |                  |       | 14,97    | 66,18  |
| ТТК                 | 19349        | Печенье 2шт.<br>Печенье сахарное                                                                                    | 32           | 2,40             | 3,14  | 23,81    | 133,06 |
| Итого:              |              |                                                                                                                     | 572          | 17,86            | 20,24 | 95,92    | 643,52 |
| Итого ХЕ:           |              |                                                                                                                     |              |                  |       | 7,99     |        |

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                 | 16323        | Бутерброд с сыром (батон)<br>Батон / Сыр                                                                            | 20/25        | 6,75             | 6,92  | 12,85    | 140,67 |
| Таблица<br>№4/96    | 6705         | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5        | 8,35             | 9,82  | 34,12    | 258,26 |
| №629/96             | 264          | Чай лимонный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий           | 200          | 0,08             | 0,01  | 15,21    | 61,25  |
| ТТК                 | 19349        | Печенье 2шт.<br>Печенье сахарное                                                                                    | 32           | 2,40             | 3,14  | 23,81    | 133,06 |
| Итого:              |              |                                                                                                                     | 482          | 17,58            | 19,89 | 85,99    | 593,23 |
| Итого ХЕ:           |              |                                                                                                                     |              |                  |       | 7,17     |        |

по 11 класс

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                                                                                                        | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |              |                                                                                                                     |              | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| ТТК                 | 16323        | Бутерброд с сыром (батон)<br>Батон / Сыр                                                                            | 20/25        | 6,75             | 6,92  | 12,85    | 140,67 |
| Таблица<br>№4/96    | 6705         | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5        | 8,35             | 9,82  | 34,12    | 258,26 |
| №629/96             | 264          | Чай лимонный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий           | 200          | 0,08             | 0,01  | 15,21    | 61,25  |
| ТТК                 | 19349        | Печенье 2шт.<br>Печенье сахарное                                                                                    | 32           | 2,40             | 3,14  | 23,81    | 133,06 |
| Итого:              |              |                                                                                                                     | 482          | 17,58            | 19,89 | 85,99    | 593,23 |
| Итого ХЕ:           |              |                                                                                                                     |              |                  |       | 7,17     |        |

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          | 12267        | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая                                                                            | 95           | 0,38             | 0,29  | 9,79     | 43,29  |
| ТТК                 | 16323        | Бутерброд с сыром (батон)<br>Батон / Сыр                                                                            | 20/25        | 6,75             | 6,92  | 12,85    | 140,67 |
| Таблица<br>№4/96    | 6705         | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5        | 8,35             | 9,82  | 34,12    | 258,26 |
| 628/96г.            | 259          | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                         | 200          |                  |       | 14,97    | 66,18  |
| ТТК                 | 19349        | Печенье 2шт.<br>Печенье сахарное                                                                                    | 32           | 2,40             | 3,14  | 23,81    | 133,06 |
| Итого:              |              |                                                                                                                     | 577          | 17,88            | 20,17 | 95,54    | 641,45 |
| Итого ХЕ:           |              |                                                                                                                     |              |                  |       | 7,96     |        |

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из  
многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                             | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |      |          |       |
|---------------------|--------------|------------------------------------------|--------------|------------------|------|----------|-------|
|                     |              |                                          |              | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96          | 12267        | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая | 95           | 0,38             | 0,29 | 9,79     | 43,29 |

|               |       |                                                                                                                     |       |       |       |       |        |
|---------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК           | 16323 | Бутерброд с сыром (батон)<br>Батон / Сыр                                                                            | 20/25 | 6,75  | 6,92  | 12,85 | 140,67 |
| Таблица №4/96 | 6705  | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5 | 8,35  | 9,82  | 34,12 | 258,26 |
| 628/96г.      | 259   | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                         | 200   |       |       | 14,97 | 66,18  |
| ТТК           | 19349 | Печенье 2шт.<br>Печенье сахарное                                                                                    | 32    | 2,40  | 3,14  | 23,81 | 133,06 |
| Итого:        |       |                                                                                                                     | 577   | 17,88 | 20,17 | 95,54 | 641,45 |
| Итого ХЕ:     |       |                                                                                                                     |       |       |       | 7,96  |        |

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену

| Сборник рецептов    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                               | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 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  |
| ТТК                 | 20596     | Биточки куриные с соусом томатным<br>Биточки куриные п/ф / 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) / Масло растительное               | 90        | 8,60             | 11,12 | 13,88    | 190,00 |
| 460/2013 Самар.обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                             | 150       | 3,72             | 5,51  | 37,12    | 212,90 |
| ТТК                 | 20629     | Напиток из ягод (смесь зам) п.с.<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                     | 200       | 0,21             | 0,05  | 17,77    | 72,39  |
| №769/04             | 342       | Булочка Домашняя<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное                                                                          | 50        | 3,95             | 6,56  | 31,06    | 199,08 |
| ТТК                 | 20251     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                 | 20        | 1,36             | 0,26  | 7,96     | 39,62  |
| ПП                  | 420       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                           | 30        | 2,28             | 0,24  | 14,76    | 70,32  |
| Итого:              |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 740       | 21,64            | 27,85 | 129,90   | 856,78 |
| Итого ХЕ:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |           |                  |       | 10,82    |        |

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

| Сборник рецептов    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                               | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 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  |
| ТТК                 | 20596     | Биточки куриные с соусом томатным<br>Биточки куриные п/ф / 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) / Масло растительное               | 90        | 8,60             | 11,12 | 13,88    | 190,00 |
| 460/2013 Самар.обл. | 10815     | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                 | 100       | 2,48             | 3,61  | 24,74    | 141,37 |
| 628/96г.            | 259       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                                                                                | 200       |                  |       | 14,97    | 66,18  |
| ТТК                 | 13465     | Булочка с маком<br>Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)                                                                                            | 30        | 2,58             | 1,12  | 17,83    | 91,72  |
| ПП                  | 12649     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб в ассортименте                                                                                                                                                                                                                                      | 20        | 1,52             | 0,16  | 9,84     | 46,88  |
| Итого:              |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 640       | 16,70            | 20,12 | 88,61    | 608,62 |
| Итого ХЕ:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |           |                  |       | 7,38     |        |

по 11 класс

| Сборник рецептов    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                               | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 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  |
| ТТК                 | 20596     | Биточки куриные с соусом томатным<br>Биточки куриные п/ф / 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) / Масло растительное               | 90        | 8,60             | 11,12 | 13,88    | 190,00 |
| 460/2013 Самар.обл. | 10815     | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                 | 100       | 2,48             | 3,61  | 24,74    | 141,37 |
| 628/96г.            | 259       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                                                                                | 200       |                  |       | 14,97    | 66,18  |
| ТТК                 | 13465     | Булочка с маком<br>Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)                                                                                            | 30        | 2,58             | 1,12  | 17,83    | 91,72  |
| ПП                  | 12649     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб в ассортименте                                                                                                                                                                                                                                      | 20        | 1,52             | 0,16  | 9,84     | 46,88  |
| Итого:              |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 640       | 16,70            | 20,12 | 88,61    | 608,62 |
| Итого ХЕ:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                            |           |                  |       | 7,38     |        |

Стоимость рациона: 87,1 руб.

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

| Сборник рецептов     | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                 | Выход гр.  | Пищевая ценность |              |               |               |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                                                              |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккалл         |
| ТТК                  | 18501     | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие                                                                                                                                                                                                                              | 95         | 0,86             | 0,19         | 7,70          | 35,91         |
| 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         |
| ТТК                  | 20596     | Биточки куриные с соусом томатным<br>Биточки куриные п/ф / 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) / Масло растительное                 | 90         | 8,60             | 11,12        | 13,88         | 190,00        |
| 460/2013 Самар. обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                               | 150        | 3,72             | 5,51         | 37,12         | 212,90        |
| ТТК                  | 20629     | Напиток из ягод (смесь зам) п.с.<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                       | 200        | 0,21             | 0,05         | 17,77         | 72,39         |
| №769/04              | 342       | Булочка Домашняя<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное                                                                            | 50         | 3,95             | 6,56         | 31,06         | 199,08        |
| ПП                   | 420       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                             | 30         | 2,28             | 0,24         | 14,76         | 70,32         |
| ТТК                  | 20251     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                   | 20         | 1,36             | 0,26         | 7,96          | 39,62         |
| <b>Итого:</b>        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>835</b> | <b>22,49</b>     | <b>28,04</b> | <b>137,59</b> | <b>892,69</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |                  |              | <b>11,47</b>  |               |

**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 рецептов     | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                 | Выход гр.  | Пищевая ценность |              |               |               |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                      |           |                                                                                                                                                                                                                                                                              |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккалл         |
| 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         |
| ТТК                  | 20596     | Биточки куриные с соусом томатным<br>Биточки куриные п/ф / 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) / Масло растительное                 | 90         | 8,60             | 11,12        | 13,88         | 190,00        |
| 460/2013 Самар. обл. | 6069      | Рис отварной с овощами<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                               | 150        | 3,72             | 5,51         | 37,12         | 212,90        |
| ТТК                  | 20629     | Напиток из ягод (смесь зам) п.с.<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                       | 200        | 0,21             | 0,05         | 17,77         | 72,39         |
| №769/04              | 342       | Булочка Домашняя<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное                                                                            | 50         | 3,95             | 6,56         | 31,06         | 199,08        |
| ТТК                  | 20251     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                   | 20         | 1,36             | 0,26         | 7,96          | 39,62         |
| ПП                   | 420       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                             | 30         | 2,28             | 0,24         | 14,76         | 70,32         |
| <b>Итого:</b>        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>740</b> | <b>21,64</b>     | <b>27,85</b> | <b>129,90</b> | <b>856,78</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |                  |              | <b>10,82</b>  |               |

**Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств**

| Сборник рецептов                    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                              | Выход гр.  | Пищевая ценность |             |              |               |
|-------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------------|-------------|--------------|---------------|
|                                     |           |                                                                                                                                                                           |            | Белки            | Жиры        | Углеводы     | Ккалл         |
| Таб.24/96                           | 15812     | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное                                                                                                                        | 80         | 0,32             | 0,32        | 7,84         | 35,52         |
| 628/96г.                            | 259       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                               | 200        |                  |             | 14,97        | 66,18         |
| ТТК                                 | 18633     | Сырная палочка<br>Сырная палочка: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное) | 75         | 9,52             | 7,34        | 36,59        | 250,49        |
| <b>Итого:</b>                       |           |                                                                                                                                                                           | <b>355</b> | <b>9,84</b>      | <b>7,66</b> | <b>59,40</b> | <b>352,19</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>                    |           |                                                                                                                                                                           |            |                  |             | <b>4,95</b>  |               |
| <b>Стоимость рациона: 43,9 руб.</b> |           |                                                                                                                                                                           |            |                  |             |              |               |

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование                                                                                                                             | Выход   | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                          |         | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| Холодные блюда   |           |                                                                                                                                          |         |                  |       |          |        |
| УКС КОП №27/05   | 13717     | Салат Нежность с соусом<br>Яйцо свежее / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сыр / Лук репчатый п/ф | 50      | 3,71             | 10,23 | 2,08     | 115,23 |
| ТТК              | 20196     | Салат Школьные годы<br>Салат Школьные годы: (Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Помидор свежий / Масло растительное)               | 50      | 0,17             | 5,02  | 0,57     | 48,14  |
| ТТК              | 19940     | Яйцо под соусом с капустой пек.<br>Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла                   | 1/10/10 | 5,10             | 10,27 | 0,80     | 115,98 |
| Таб.№24/96       | 12131     | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая                                                                                                 | 85      | 0,34             | 0,26  | 8,76     | 38,74  |
| Таб.№24/96       | 1051      | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее                                                                                               | 150     | 0,60             | 0,60  | 14,70    | 66,60  |

|                        |       |                                                                                                                                                                                                                                            |     |       |       |       |        |
|------------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Таб.№25/96             | 1650  | Сыр порционный<br>Сыр                                                                                                                                                                                                                      | 20  | 4,87  | 6,20  |       | 75,28  |
| <b>Первые блюда</b>    |       |                                                                                                                                                                                                                                            |     |       |       |       |        |
| 139/96                 | 239   | Суп картофельный с макаронными изделиями<br>Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Лавровый лист                   | 200 | 2,36  | 2,02  | 16,82 | 94,90  |
| <b>Вторые блюда</b>    |       |                                                                                                                                                                                                                                            |     |       |       |       |        |
| 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 |
| 436/96                 | 15458 | Цыпленок запеченный<br>Цыпленок бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                                                                    | 75  | 17,67 | 18,21 |       | 234,59 |
| 454/04                 | 14131 | Котлета по-хлыновски<br>Котлета по-хлыновски: (Яйцо свежее / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) | 50  | 9,08  | 9,74  | 4,70  | 142,78 |
| ТТК                    | 20248 | Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом<br>Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                       | 150 | 20,21 | 13,70 | 34,10 | 342,00 |
| <b>Гарниры и соусы</b> |       |                                                                                                                                                                                                                                            |     |       |       |       |        |
| 472/96                 | 549   | Картофельное пюре<br>Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная                                                                                                                                                          | 150 | 3,30  | 4,98  | 22,06 | 146,26 |
| ТТК                    | 15260 | Каша перловая с овощами<br>Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                          | 150 | 3,65  | 15,41 | 25,18 | 254,04 |
| 469/96                 | 15763 | Спагетти (макароны) отварные<br>Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                               | 150 | 5,60  | 5,66  | 35,88 | 216,84 |
| <b>Третьи блюда</b>    |       |                                                                                                                                                                                                                                            |     |       |       |       |        |
| 628/96г.               | 259   | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                                                | 200 |       |       | 14,97 | 66,18  |
| <b>Мучные изделия</b>  |       |                                                                                                                                                                                                                                            |     |       |       |       |        |
| №627/13                | 13477 | Булочка с повидлом<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин                                                | 50  | 4,27  | 2,87  | 33,25 | 175,91 |
| 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 |
| ТТК                    | 10164 | Булочка с кунжутом<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная                                                                                   | 50  | 4,31  | 1,17  | 28,26 | 140,81 |
| <b>Хлеб</b>            |       |                                                                                                                                                                                                                                            |     |       |       |       |        |
| 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  |

Стоимость рациона: 137 руб.

Зав.производства: Ретина У. А.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.4.3598-20



Россия, 445043, Самарская область, г.Самара, ул.Ильинская, 35

E-mail: eda0910@mail.ru