



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 72"

Гамов Сергей Иванович

МЕНЮ

на 16.01.2023

МБУ "Школа № 72"

класс)

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 10444 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 70 | 11,00 | 0,56 | 0,14 | 5,25 | 24,50 |
| Таб №25/96 | 13849 | Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон | 20/20 | 21,00 | 6,97 | 6,53 | 12,99 | 138,61 |
| Таб 24/96 | 9931 | Каша молочная пшенная с маслом Крупа пшено / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло сливочное | 200/5 | 25,00 | 8,57 | 8,64 | 41,82 | 279,32 |
| 630/96 | 2312 | Чай с молоком Чай черный (развесной) / Сахар песок / Молоко / Вода | 200 | 10,80 | 1,45 | 1,75 | 17,32 | 90,83 |
| Итого: | | | 515 | 67,80 | 17,55 | 17,06 | 77,38 | 533,26 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,45 | | | |

Завтрак 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. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 10444 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 70 | 11,00 | 0,56 | 0,14 | 5,25 | 24,50 |
| Таб №25/96 | 13849 | Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон | 20/20 | 21,00 | 6,97 | 6,53 | 12,99 | 138,61 |
| Таб 24/96 | 9931 | Каша молочная пшенная с маслом Крупа пшено / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло сливочное | 200/5 | 25,00 | 8,57 | 8,64 | 41,82 | 279,32 |
| ТТК | 14005 | Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода | 200 | 6,80 | 0,06 | 0,06 | 13,38 | 54,30 |
| Итого: | | | 515 | 63,80 | 16,16 | 15,37 | 73,44 | 496,73 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,12 | | | |

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 10444 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 70 | 11,00 | 0,56 | 0,14 | 5,25 | 24,50 |
| Таб №25/96 | 13849 | Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон | 20/20 | 21,00 | 6,97 | 6,53 | 12,99 | 138,61 |
| Таб 24/96 | 9931 | Каша молочная пшенная с маслом Крупа пшено / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло сливочное | 200/5 | 25,00 | 8,57 | 8,64 | 41,82 | 279,32 |
| ТТК | 14005 | Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода | 200 | 6,80 | 0,06 | 0,06 | 13,38 | 54,30 |
| Итого: | | | 515 | 63,80 | 16,16 | 15,37 | 73,44 | 496,73 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,12 | | | |

Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Таб.№24/96 | 10444 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 70 | 11,86 | 0,56 | 0,14 | 5,25 | 24,50 |
| ТТК | 16323 | Бутерброд с сыром (батон) Сыр / Батон | 20/25 | 22,00 | 6,75 | 6,92 | 12,85 | 140,67 |
| Таб 24/96 | 9931 | Каша молочная пшенная с маслом Крупа пшено / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Масло сливочное | 200/5 | 25,00 | 8,57 | 8,64 | 41,82 | 279,32 |
| ТТК | 19357 | Сок в ассортименте 0,2л. Сок в ассортименте 0,2 | 200 | 20,00 | | | 11,50 | 46,00 |
| Итого: | | | 520 | 78,86 | 15,88 | 15,70 | 71,42 | 490,49 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,95 | | | |

класс)

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| | 5709 | Огурец солёный Огурцы соленые | 25 | 4,00 | 0,22 | 0,03 | 0,47 | 3,03 |
| 132/96 | 15261 | Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Петровый лист / Зелень | 200 | 16,00 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
| ТТК | 18824 | Нагетсы куриные Нагетсы куриные (Дана) / Масло растительное | 50 | 35,00 | 11,15 | 6,98 | 10,14 | 147,95 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1 | 150 | 19,00 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода | 200 | 7,00 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |

| | | | | | | | | |
|-----|-------|---|----|------|------|------|-------|--------|
| ТТК | 13441 | Витушка с маком Мука в/с / Молоко / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Мак | 50 | 8,00 | 4,70 | 3,10 | 31,54 | 172,86 |
| ТТК | 19229 | Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) | 25 | 3,00 | 2,00 | 0,18 | 11,50 | 55,58 |
| ПП | 17589 | Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной | 25 | 2,94 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,53 |

Итого: 725 94,94 31,91 25,20 108,08 786,73
Итого ХЕ: 9,01

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. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 132/96 | 15261 | Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень | 200 | 16,00 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
| ТТК | 18824 | Нагетсы куриные Нагетсы куриные (Дана) / Масло растительное | 50 | 35,00 | 11,15 | 6,98 | 10,14 | 147,95 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1 | 150 | 19,00 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода | 200 | 7,00 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| ТТК | 19232 | Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) | 20 | 2,40 | 1,60 | 0,14 | 9,20 | 44,46 |

Итого: 620 79,40 24,89 21,71 63,82 550,20
Итого ХЕ: 5,32

по 11 класс

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 132/96 | 15261 | Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень | 200 | 16,00 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
| ТТК | 18824 | Нагетсы куриные Нагетсы куриные (Дана) / Масло растительное | 50 | 35,00 | 11,15 | 6,98 | 10,14 | 147,95 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1 | 150 | 19,00 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода | 200 | 7,00 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| ТТК | 19232 | Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) | 20 | 2,40 | 1,60 | 0,14 | 9,20 | 44,46 |

Итого: 620 79,40 24,89 21,71 63,82 550,20
Итого ХЕ: 5,32

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|-----------------------|-----------|---|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| ТТК | 183 | Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Соус для школьного питания / Горошек зеленый консервированный | 0,5/10/10 | 3,30 | 9,03 | 1,51 | 100,51 |
| Таб №24/96 | 180 | Икра кабачковая (консерв) Икра кабачковая (консерв) | 50 | 1,90 | 8,90 | 7,70 | 118,50 |
| 64/97 | 12424 | Салат из квашенной капусты (с луком) Капуста квашеная / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное | 50 | 11,30 | 25,30 | 47,10 | 461,30 |
| Таб.№24/96 | 5211 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 90 | 0,81 | 0,18 | 7,29 | 34,02 |
| Таб.24/96 | 5776 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |

Первые блюда

| | | | | | | | |
|--------|-------|---|-----|------|------|------|--------|
| 132/96 | 15261 | Суп из овощей на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень | 200 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
|--------|-------|---|-----|------|------|------|--------|

Вторые блюда

| | | | | | | | |
|---------------|-------|---|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК | 18818 | Фрикадельки Посадские куриные в соусе (томат) Фрикадельки Посадские куриные п/ф / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1) | 75/20 | 8,59 | 7,73 | 10,48 | 145,88 |
| Таб№17/96 | 13908 | Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная 1 | 40 | 7,90 | 7,07 | 7,02 | 123,31 |
| 460/96;498/04 | 8638 | Котлета рубленая из цыплят Филе куриное зам. / Хлеб в ассортименте / Молоко / Масло сливочное / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1 | 50 | 7,21 | 9,59 | 12,90 | 166,75 |
| ТТК | 19299 | Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 20,21 | 13,70 | 34,41 | 342,00 |

Гарниры и соусы

| | | | | | | | |
|--------|-------|-------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 200/96 | 16303 | Картофель отварной Картофель п/ф | 150 | 3,10 | 0,62 | 25,27 | 119,04 |
|--------|-------|-------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|

