



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 72"

Гамов Сергей Иванович

МЕНЮ

на 31.01.2023

МБУ "Школа № 72"

класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	7092	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	90	15,80	0,72	0,18	6,75	31,50
284/96	9091	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	37,00	15,52	19,45	2,89	248,69
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
№771/04	13470	Булочка Октябренок Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Масло растительное	80	8,00	6,36	3,52	44,90	236,72
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,00	1,60	0,14	9,20	44,46
Итого:			540	67,80	25,20	23,55	78,71	627,55
Итого ХЕ:					6,56			

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	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	11,80	0,40	0,40	11,30	50,40
284/96	9091	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	37,00	15,52	19,45	2,89	248,69
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
№771/04	13470	Булочка Октябренок Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Масло растительное	80	8,00	6,36	3,52	44,90	236,72
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,00	1,60	0,14	9,20	44,46
Итого:			550	63,80	24,88	23,77	83,26	646,45
Итого ХЕ:					6,94			

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	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	11,80	0,40	0,40	11,30	50,40
284/96	9091	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	37,00	15,52	19,45	2,89	248,69
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
№771/04	13470	Булочка Октябренок Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Масло растительное	80	8,00	6,36	3,52	44,90	236,72
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,00	1,60	0,14	9,20	44,46
Итого:			550	63,80	24,88	23,77	83,26	646,45
Итого ХЕ:					6,94			

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	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	11,00	0,40	0,40	11,30	50,40
284/96	9091	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	37,00	15,52	19,45	2,89	248,69
ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. Сок в ассортименте 0,2	200	20,00			11,50	46,00
№771/04	13470	Булочка Октябренок Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Масло растительное	80	8,00	6,36	3,52	44,90	236,72
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,86	1,60	0,14	9,20	44,46
Итого:			550	78,86	23,88	23,51	79,79	626,27
Итого ХЕ:					6,65			

класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

110/96	10814	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне Свекла п/ф / Томатная паста / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Лавровый лист / Перец черный молотый / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Сыровый набор)	200/5	17,00	1,68	5,07	10,64	94,91
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное) / 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)	50/30	36,00	8,93	8,26	9,65	148,66
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	12,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ТТК	17504	Булочка Десертная (начинка) Булочка Десертная (начинка): (Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Молоко / Мука в/с / Начинка термостабильная в асс. / Сахар песок / Сахарная пудра / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее)	50	13,00	3,84	4,57	24,22	153,40
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,94	1,60	0,14	9,20	44,46
ПП	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:			730	94,94	23,53	24,20	127,95	823,74
Итого ХЕ:					10,66			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	10814	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне Свекла п/ф / Томатная паста / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Лавровый лист / Перец черный молотый / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Сыровый набор)	200/5	17,00	1,68	5,07	10,64	94,91
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное) / 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)	50/30	36,00	8,93	8,26	9,65	148,66
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	12,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,40	1,60	0,14	9,20	44,46
Итого:			655	79,40	17,99	19,31	93,77	620,81
Итого ХЕ:					7,81			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	10814	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне Свекла п/ф / Томатная паста / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Лавровый лист / Перец черный молотый / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Сыровый набор)	200/5	17,00	1,68	5,07	10,64	94,91
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное) / 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)	50/30	36,00	8,93	8,26	9,65	148,66
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	12,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	2,40	1,60	0,14	9,20	44,46
Итого:			655	79,40	17,99	19,31	93,77	620,81
Итого ХЕ:					7,81			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
124 Тольятти 2013	7848	Салат из крабовых палочек с рисом Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Рис / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Соус для школьного питания	40	1,64	6,30	3,01	75,30
29/96	2110	Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла п/ф / Сыр / Чеснок / Соус для школьного питания	50	2,71	7,39	4,38	94,87
ТТК	8805	Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком: (Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Капуста свежая п/ф очищ. / Лук репчатый п/ф)	50	2,07	5,15	2,93	66,35
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,28

Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,44	0,44	10,78	48,84
ТТК	8603	Салат из свежих фруктов (яблоко,мандарин) Яблоко свежее / Мандарины свежие / Сахар песок	60	0,38	0,18	15,30	64,34
Первые блюда							
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26
Вторые блюда							
ТТК	18824	Нагетсы куриные Нагетсы куриные (Дана) / Масло растительное	50	11,15	6,98	10,14	147,95
№425/96	13867	Оладьи из печени Печень говяжья / Хлеб в ассортименте / Масло сливочное / Масло растительное / Соль йодированная 1	50	11,27	7,75	6,43	140,55
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное) / 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)	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66
Гарниры и соусы							
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
510/2004	5017	Каша пшеничная вязкая Крупа пшеничная / Масло растительное / Вода / Соль йодированная 1	150	4,22	4,10	24,76	152,82
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
Третьи блюда							
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55
Мучные изделия							
ТТК	3089	Плюшка Новомосковская Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Молоко / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Вода)	50	3,72	2,75	25,21	140,47
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Мак / Вода / Масло растительное)	50	4,31	1,87	29,72	152,95
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее	50	4,31	1,17	28,26	140,81
Хлеб							
ТТК	19232	Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами) Хлеб Колосок (пшеничный обогащенный витаминами)	20	1,60	0,14	9,20	44,46
ПП	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:			100,00				

Зав.производством Ретина И. А.

Ответственный за питание /
СанПиН 2.3.2.3690-20

УТВЕРЖДАЮ
Директор ЗАО КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

Россия, 445143 Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru