



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»  
ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02  
Режим работы: с 8-40 до 16-40



# М Е Ж О

30.09.2022

## Школа №74

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

### I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
181/03	16,87	11,50	10,75	198,7	Печень говяжья по-строгановски	75/50	44,24
472	3,20	1,20	22,10	112	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	18,01
ТК	0,48	0,06	1,56	8,4	Огурцы свежие	60	3,66
ТК	3,04	0,32	19,68	93,60	Хлеб пшеничный	2/20	3,22
ТК	1,20	0,20	9,20	42,00	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,86
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
ТК	2,75	12,5	31	245	Печенье «Супер Контик» в пром/упаковке	1/50	22,03
	<b>27,60</b>	<b>25,80</b>	<b>107,55</b>	<b>754,00</b>	<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>95,87</b>

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,45	3,70	7,50	69	Икра из баклажанов собственного производства	60	9,60
125/21	6,58	5,88	13,12	131,30	Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью	200	11,59
185/03	21,9	10,1	0,22	190	Поджарка из говядины	75/15	83,12
149	3,30	1,20	21,40	122	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150	10,92
ТК	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
ТК	1,68	0,28	12,88	58,80	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	2,60
ТК	1,02	0,30	24,20	102,00	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	13,50
	<b>39,73</b>	<b>21,89</b>	<b>103,92</b>	<b>790,19</b>	<b>Итого:</b>	<b>778</b>	<b>135,35</b>
	<b>67</b>	<b>48</b>	<b>211</b>	<b>1544</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1403</b>	<b>231,22</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

### II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,45	3,70	7,50	69	Икра из баклажанов собственного производства	60	9,60
125/21	6,58	5,88	13,12	131,30	Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью	200	11,59
185/03	21,9	10,1	0,22	190	Поджарка из говядины	75/15	83,12
149	3,30	1,20	21,40	122	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150	10,92
ТК	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
ТК	1,68	0,28	12,88	58,80	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	2,60
ТК	1,02	0,30	24,20	102,00	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	13,50
	<b>39,73</b>	<b>21,89</b>	<b>103,92</b>	<b>790,19</b>	<b>Итого:</b>	<b>778</b>	<b>135,35</b>

(младшие классы) Подник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	3,25	1,85	22,2	118	Пирожок с курагой	50	20,22
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
ТК	0,5	0	11,7	53,3	Груша	120	22,31
	<b>3,81</b>	<b>1,87</b>	<b>47</b>	<b>226</b>	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>45,38</b>
	<b>44</b>	<b>24</b>	<b>151</b>	<b>1016</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1128</b>	<b>180,73</b>

Ген. директор  
Технолог  
Калькулятор  
Зав. производством



Качура Г. Ю.  
Каде С. М.  
Якунина Е. А.





ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»  
 ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02  
 Режим работы: с 9-00 до 16-00

Утверждаю  
 Директор ОУ



**МЕЖО**

30.09.2022

**Школа №74**

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
181/03	16,87	11,50	10,75	198,7	Печень говяжья по-строгановски	75/50	44,24
472	3,20	1,20	22,10	112	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	18,01
ТК	0,48	0,06	1,56	8,4	Огурцы свежие	60	3,66
ТК	3,04	0,32	19,68	93,60	Хлеб пшеничный	2/20	3,22
ТК	1,20	0,20	9,20	42,00	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,86
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
ТК	2,75	12,5	31	245	Печенье «Супер Контик» в пром/упаковке	1/50	22,03
	<b>27,60</b>	<b>25,80</b>	<b>###</b>	<b>754,00</b>	<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>95,87</b>

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,45	3,70	7,50	69	Икра из баклажанов собственного производства	60	9,60
125/21	6,58	5,88	13,12	131,30	Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью	200	11,59
185/03	21,9	10	0,22	190	Поджарка из говядины	75/15	83,12
149	3,30	1,20	21,40	122	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150	10,92
ТК	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
ТК	1,68	0,28	12,88	58,80	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	2,60
ТК	1,02	0,30	24,20	102,00	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	13,50
	<b>39,73</b>	<b>21,89</b>	<b>103,92</b>	<b>790,19</b>	<b>Итого:</b>	<b>778</b>	<b>135,35</b>

Ген. директор  
 Технолог  
 Калькулятор  
 Зав. производством



Качура Г. Ю.  
 Каде С. М.  
 Якунина Е. А.





ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»  
 ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02  
 Режим работы: с 9-00 до 16-00

Утверждаю

Директор ОУ №74



# МЕНЮ

30.09.2022

## Школа №74

### Комплексы свободного выбора для старшекласников

№ Рецепт урны	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	28	7,13	51	381	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным	250/10	53,03
97	5,6	7,04	0	86,08	Сыр твердых сортов	25	24,57
ТК	4,56	0,48	29,52	140,40	Хлеб пшеничный	60	4,82
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежемороженых	180	9,58
	38,28	14,72	103	696,26	<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт урны	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
135/03	17	7,75	2,44	146	Поджарка из говядины	50/15	56,69
149	3,30	1,20	21,40	122	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150	10,92
ТТК	1,45	3,70	7,50	69	Икра из баклажанов собственного производства	60	9,60
ТК	2,28	0,24	14,76	70,20	Хлеб пшеничный	30	2,42
ТК	1,8	0,3	13,8	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежемороженых	180	9,58
	25,68	13,26	81,68	559,12	<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>92,00</b>

Ген. директор  
 Технолог  
 Калькулятор  
 Зав. производством

Качура Г. Ю.  
 Каде С. М.  
 Якунина Е. А.







**М Е Ж О**

30.09.2022

**Школа №74**



**ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак**

**I смена**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
181/03	18,22	12,42	11,61	214,6	Печень говяжья по-строгановски	90/50	51,72
472	3,96	1,44	25,74	134,4	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	21,61
ТК	0,8	0,1	2,5	15	Огурцы свежие	100	6,12
ТК	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
ТК	1,80	0,30	13,80	63,00	Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,79
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
ТК	2,75	12,5	31	245	Печенье «Супер Контик» в пром/упаковке	1/50	22,03
	###	###	122,51	843,30	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>111,14</b>

**(старшие классы) Обед**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	2,42	6,17	12,50	115	Икра из баклажанов собственного производства	100	16,00
125/21	3,10	5,17	14,90	118,70	Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью	250	14,65
185/03	24,47	11,32	0,24	212	Поджарка из говядины	90/15	98,98
149	3,96	1,44	25,68	133,2	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	13,10
ТК	5,32	0,57	34,43	163,80	Хлеб пшеничный	2/35	5,63
ТК	2,52	0,42	19,32	88,20	Хлеб ржано-пшеничный	1/42	3,91
ТК	1,02	0,30	24,20	102,00	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	13,50
	###	###	131,27	933,25	<b>Итого:</b>	<b>947</b>	<b>165,77</b>
	74,20	52,57	253,78	1776,55	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1677</b>	<b>276,91</b>

**ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед**

**II смена**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	2,42	6,17	12,50	115	Икра из баклажанов собственного производства	100	16,00
125/21	3,10	5,17	14,90	118,70	Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью	250	14,65
185/03	24,47	11,32	0,24	212	Поджарка из говядины	90/15	98,98
149	3,96	1,44	25,68	133,2	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	13,10
ТК	5,32	0,57	34,43	163,80	Хлеб пшеничный	2/35	5,63
ТК	2,52	0,42	19,32	88,20	Хлеб ржано-пшеничный	1/42	3,91
ТК	1,02	0,30	24,20	102,00	Сок или Нектар фруктовый пром/производства	200	13,50
	###	###	131,27	933,25	<b>Итого:</b>	<b>947</b>	<b>165,77</b>

**(старшие классы) Полдник**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	3,9	2,2	26,6	142	Пирожок с курагой	60	24,12
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
ТК	0,63	0,00	14,63	67,50	Груша	150	27,89
	4,59	2,22	54,5	264	<b>Итого:</b>	<b>390</b>	<b>54,86</b>
	47,40	27,61	185,76	1197,05	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1337</b>	<b>220,63</b>

Ген. директор  
 Технолог  
 Калькулятор  
 Зав. производством



Качура Г. Ю.  
 Каде С. М.  
 Якунина Е. А.