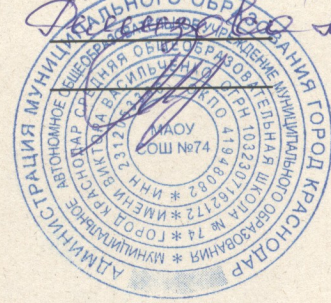




ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»  
 ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02  
 Режим работы: с 9-00 до 16-00

Утверждаю

Директор ОУ



# МЕНЮ

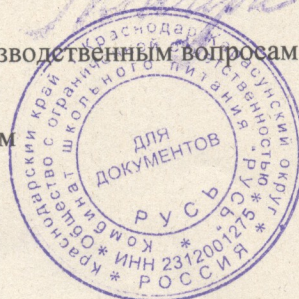
14.10.2022

## 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	47,23
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	5,49
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	0,92	4,56	16,8	112	Мини-рулет в пром/упаковке	1/28	20,68
	<b>25,77</b>	<b>17,86</b>	<b>93,35</b>	<b>621,00</b>	<b>Итого:</b>	<b>603</b>	<b>99,34</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 кабачковая собственного производства	60	11,06
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>136,81</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством



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





# МЕНЮ

14.10.2022

## Школа №74

### I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

№ 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	47,23
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	5,49
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	0,92	4,56	16,8	112	Мини-рулет в пром/упаковке	1/28	20,68
	<b>25,77</b>	<b>17,86</b>	<b>93,35</b>	<b>621,00</b>	<b>Итого:</b>	<b>603</b>	<b>99,34</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 кабачковая собственного производства	60	11,06
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>136,81</b>
	<b>65,5</b>	<b>40</b>	<b>197</b>	<b>1411</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1381</b>	<b>236,15</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 кабачковая собственного производства	60	11,06
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>136,81</b>

(младшие классы) Полдник

№ 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	Яблоко	120	12,01
	<b>3,81</b>	<b>1,87</b>	<b>47</b>	<b>226</b>	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>35,08</b>
	<b>44</b>	<b>24</b>	<b>151</b>	<b>1016</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1128</b>	<b>171,89</b>

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством



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

**М Е Ж О**

14.10.2022

**Школа №74**



**I смена**

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

№ 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	55,30
472	3,96	1,44	25,74	134,4	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	21,61
TK	0,8	0,1	2,5	15	Огурцы свежие	100	9,18
TK	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
TK	1,80	0,30	13,80	63,00	Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,79
933	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
TK	0,92	4,56	16,8	112	Мини-рулет в пром/упаковке	1/28	20,68
	###	###	108,31	710,30	<b>Итого:</b>	<b>708</b>	<b>116,43</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 кабачковая собственного производства	100	18,42
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
TK	5,32	0,57	34,43	163,80	Хлеб пшеничный	2/35	5,63
TK	2,52	0,42	19,32	88,20	Хлеб ржано-пшеничный	1/42	3,91
TK	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>168,19</b>
	72,37	44,63	239,58	1643,55	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1655</b>	<b>284,62</b>

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

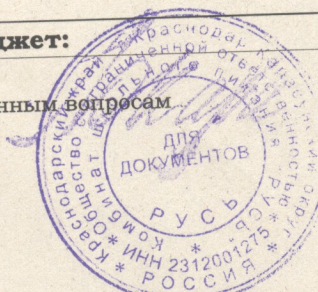
**II смена**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	2,42	6,17	12,50	115	Икра кабачковая собственного производства	100	18,42
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
TK	5,32	0,57	34,43	163,80	Хлеб пшеничный	2/35	5,63
TK	2,52	0,42	19,32	88,20	Хлеб ржано-пшеничный	1/42	3,91
TK	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>168,19</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
933	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
TK	0,63	0,00	14,63	67,50	Яблоко	150	15,02
	4,59	2,22	54,5	264	<b>Итого:</b>	<b>390</b>	<b>41,99</b>
	47,40	27,61	185,76	1197,05	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1337</b>	<b>210,18</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 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



# МЕЖО

14.10.2022

## Школа №74

### Комплексы свободного выбора для старшекласников

№ Рецепт уры	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	3,79	10,27	0	124,83	Сыр твердых сортов	34	33,08
ТК	3,04	0,32	19,68	93,60	Хлеб пшеничный	38	3,04
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
	<b>34,73</b>	<b>17,74</b>	<b>84,17</b>	<b>653,59</b>	<b>Итого:</b>	<b>512</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
184/03	19	8,94	2,82	168,46	Поджарка из говядины	60/15	67,13
149	3,96	1,44	25,68	133,20	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	13,10
ТК	0,4	0,05	1,3	7	Огурцы свежие	50	4,59
ТК	2,28	0,24	14,76	70,20	Хлеб пшеничный	31	2,47
ТК	1,2	0,2	9,2	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
	<b>27,02</b>	<b>10,89</b>	<b>67,02</b>	<b>475,16</b>	<b>Итого:</b>	<b>536</b>	<b>92,00</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством

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

