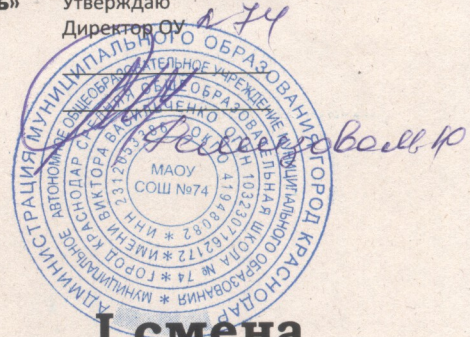




ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»  
 ул. Трудовой Славы, 3б, тел. 237-49-02  
 Режим работы: с 8-40 до 16-40

Утверждаю  
 Директор ОУ



**М Е Ж О**

27.10.2022

**Школа №74**

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

**I смена**

| №<br>Рецептуры | Б         | Ж         | У         | Ккал       | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД              | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|-----------|-----------|-----------|------------|--------------------------------|----------------|--------------------|
| ТК             | 0,99      | 0,18      | 3,42      | 10,8       | Огурцы свежие                  | 90             | 9,64               |
| ТК             | 8,4       | 15,5      | 28,1      | 215        | Вок "Курица с рисом и овощами" | 150            | 58,09              |
| ТК             | 0,89      | 0,06      | 32,8      | 154,6      | Кисель из плодов               | 200            | 10,25              |
| ТК             | 0,4       | 0,4       | 9,8       | 47         | Яблоко                         | 100            | 10,50              |
| ТК             | 2,1       | 0,6       | 15        | 71,7       | Хлеб пшеничный                 | 30             | 2,41               |
| ТК             | 1,2       | 0,2       | 9         | 42         | Хлеб ржано-пшеничный           | 20             | 1,86               |
|                | <b>14</b> | <b>17</b> | <b>98</b> | <b>541</b> | <b>Итого</b>                   | <b>590</b>     | <b>92,75</b>       |

(младшие классы) Обед

| №<br>Рецептуры | Б         | Ж         | У          | Ккал           | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД  | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|-----------|-----------|------------|----------------|--|----------------|--------------------|
| ТТК            | 0,78      | 3,6       | 4,2        | 54             | Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью | 60             | 9,89               |
| 111-04         | 3,12      | 3,44      | 12,8       | 94,4           | Борщ сибирский   | 200            | 9,71               |
| ТК             | 18,2      | 26,8      | 5,2        | 318            | Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)  | 180            | 56,39              |
| ТК             | 3,17      | 2,78      | 16         | 100,5          | Кофейный напиток   | 200            | 12,79              |
| ТК             | 0,4       | 0,4       | 9,8        | 47             | Груша  | 100            | 19,50              |
| ТК             | 3,5       | 1         | 25         | 119,5          | Хлеб пшеничный   | 50             | 4,02               |
| ТК             | 1,8       | 0,3       | 13,5       | 63             | Хлеб ржано-пшеничный   | 30             | 2,79               |
|                | <b>31</b> | <b>38</b> | <b>86</b>  | <b>797</b>     | <b>Итого</b>   | <b>820</b>     | <b>115,09</b>      |
|                | <b>45</b> | <b>55</b> | <b>184</b> | <b>1337,67</b> | <b>Всего Бюджет:</b>   | <b>1410</b>    | <b>207,84</b>      |

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

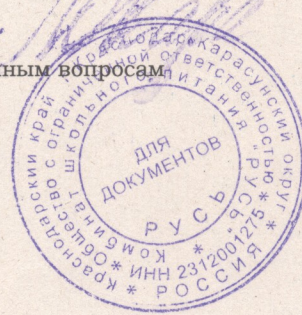
**II смена**

| №<br>Рецептуры | Б         | Ж         | У         | Ккал       | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД  | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|-----------|-----------|-----------|------------|--|----------------|--------------------|
| ТТК            | 0,78      | 3,6       | 4,2       | 54         | Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью | 60             | 9,89               |
| 111-04         | 3,12      | 3,44      | 12,8      | 94,4       | Борщ сибирский   | 200            | 9,71               |
| ТК             | 18,2      | 26,8      | 5,2       | 318        | Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)  | 180            | 56,39              |
| ТК             | 3,17      | 2,78      | 16        | 100,5      | Кофейный напиток   | 200            | 12,79              |
| ТК             | 0,4       | 0,4       | 9,8       | 47         | Груша  | 100            | 19,50              |
| ТК             | 3,5       | 1         | 25        | 119,5      | Хлеб пшеничный   | 50             | 4,02               |
| ТК             | 1,8       | 0,3       | 13,5      | 63         | Хлеб ржано-пшеничный   | 30             | 2,79               |
|                | <b>31</b> | <b>38</b> | <b>86</b> | <b>797</b> | <b>Итого</b>   | <b>820</b>     | <b>115,09</b>      |

(младшие классы) Полдник

| №<br>Рецептуры | Б         | Ж           | У           | Ккал           | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                   | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|-----------|-------------|-------------|----------------|-------------------------------------|----------------|--------------------|
| 420-17         | 12        | 10,4        | 33,2        | 274            | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100            | 39,71              |
| ТК             | 1         | 0           | 20,2        | 84,8           | Напиток витаминизированный          | 200            | 10,78              |
|                | <b>13</b> | <b>10,4</b> | <b>53,4</b> | <b>358,8</b>   | <b>Итого</b>                        | <b>300</b>     | <b>50,49</b>       |
|                | <b>44</b> | <b>49</b>   | <b>140</b>  | <b>1155,37</b> | <b>Всего Бюджет:</b>                | <b>1120</b>    | <b>165,58</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

Утверждаю

Директор ОУ



# МЕЖО

27.10.2022

## Школа №74

| №<br>Рецептур<br>ы | Б         | Ж         | У         | Ккал       | 1-4 классы I смена Завтрак<br>Бюджет | Выход,<br>в гр | Цена, руб.<br>коп. |
|--------------------|-----------|-----------|-----------|------------|--------------------------------------|----------------|--------------------|
| ТК                 | 0,99      | 0,18      | 3,42      | 10,8       | Огурцы свежие                        | 90             | 9,64               |
| ТК                 | 8,4       | 15        | 28        | 215        | Вок "Курица с рисом и<br>овощами"    | 150            | 58,09              |
| ТК                 | 0,89      | 0,06      | 33        | 154,6      | Кисель из плодов                     | 200            | 10,25              |
| ТК                 | 0,4       | 0,4       | 9,8       | 47         | Яблоко                               | 100            | 10,50              |
| ТК                 | 2,1       | 0,6       | 15        | 71,7       | Хлеб пшеничный                       | 30             | 2,41               |
| ТК                 | 1,2       | 0,2       | 9         | 42         | Хлеб ржано-пшеничный                 | 20             | 1,86               |
|                    | <b>14</b> | <b>17</b> | <b>98</b> | <b>541</b> | <b>Итого</b>                         | <b>590</b>     | <b>92,75</b>       |

| №<br>Рецептур<br>ы | Б         | Ж         | У         | Ккал       | 1-4 классы II смена Обед Бюджет   | Выход,<br>в гр | Цена, руб.<br>коп. |
|--------------------|-----------|-----------|-----------|------------|---|----------------|--------------------|
| ТТК                | 0,78      | 3,6       | 4,2       | 54         | Салат из свеклы отварной с<br>зеленым горошком<br>консервированным, маслом<br>растительным, зеленью | 60             | 9,89               |
| 111-04             | 3,12      | 3,44      | 12,8      | 94,4       | Борщ сибирский  | 200            | 9,71               |
| ТК                 | 18,2      | 26,8      | 5,2       | 318        | Омлет с овощами и маслом<br>сливочным (170/10)  | 180            | 56,39              |
| ТК                 | 3,17      | 2,78      | 16        | 100,5      | Кофейный напиток  | 200            | 12,79              |
| ТК                 | 0,4       | 0,4       | 9,8       | 47         | Груша   | 100            | 19,50              |
| ТК                 | 3,5       | 1         | 25        | 119,5      | Хлеб пшеничный  | 50             | 4,02               |
| ТК                 | 1,8       | 0,3       | 13,5      | 63         | Хлеб ржано-пшеничный  | 30             | 2,79               |
|                    | <b>31</b> | <b>38</b> | <b>86</b> | <b>797</b> | <b>Итого</b>  | <b>820</b>     | <b>115,09</b>      |

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством

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

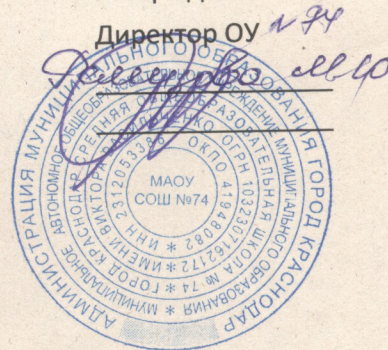




ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»  
ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02  
Режим работы: с 9-00 до 16-00

Утверждаю

Директор ОУ



# МЕНЮ

27.10.2022

## Школа №74

### Комплексы свободного выбора для старшекласников

| №<br>Рецепт<br>уры | Б            | Ж            | У            | Ккал          | 92,00                                     | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|--------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---|----------------|--------------------|
| ТТК                | 15,62        | 10,92        | 5,58         | 183           | Птица (филе ЦБ) тушеная с овощами (70/25) | 95             | 52,49              |
| 241/21             | 3,67         | 3,07         | 34,30        | 177,14        | Рис отварной с овощами с маслом сливочным | 150            | 21,00              |
| ТК                 | 1,1          | 0,2          | 3,8          | 12            | Огурцы свежие                             | 100            | 10,71              |
| ТК                 | 1,4          | 0,4          | 10           | 47,8          | Хлеб пшеничный                            | 18             | 1,47               |
| ТК                 | 1,2          | 0,2          | 9            | 42            | Хлеб ржано-пшеничный                      | 20             | 1,86               |
| 686                | 0,24         | 0,04         | 13,85        | 53,68         | Чай с лимоном, сахаром (180/7)            | 187            | 4,47               |
|                    | <b>23,23</b> | <b>14,83</b> | <b>76,53</b> | <b>515,62</b> | <b>Итого:</b>                             | <b>570</b>     | <b>92,00</b>       |

| №<br>Рецепт<br>уры | Б            | Ж            | У            | Ккал          | 92,00  | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|--------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--|----------------|--------------------|
| 493                | 26,57        | 10,1         | 43,1         | 373,80        | Плов с мясом говядины (60/150)   | 210            | 72,79              |
| ТТК                | 0,78         | 3,6          | 4,2          | 54            | Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью | 65             | 10,71              |
| ТК                 | 2,45         | 0,7          | 17,5         | 83,65         | Хлеб пшеничный   | 27             | 2,17               |
| ТК                 | 1,2          | 0,2          | 9,2          | 42            | Хлеб ржано-пшеничный   | 20             | 1,86               |
| 686                | 0,24         | 0,04         | 13,85        | 53,68         | Чай с лимоном, сахаром (180/7)   | 187            | 4,47               |
|                    | <b>31,24</b> | <b>14,59</b> | <b>87,87</b> | <b>607,13</b> | <b>Итого:</b>  | <b>509</b>     | <b>92,00</b>       |

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством

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





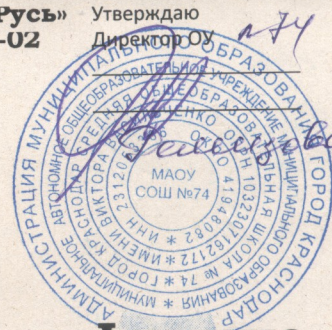
ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»  
ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02  
Режим работы: с 8-40 до 16-40

Утверждаю  
Директор ОУ

**М Е Ж Ю**

27.10.2022

**Школа №74**



ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

**I смена**

| №<br>Рецептуры | Б            | Ж            | У          | Ккал         | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                    | Выход, в<br>гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|--------------|--------------|------------|--------------|--------------------------------------|----------------|--------------------|
| ТК             | 1,32         | 0,24         | 4,56       | 14,4         | Огурцы свежие                        | 120            | 12,81              |
| ТК             | 11,2         | 20,6         | 37,4       | 287          | Вок "Курица с овощами"               | 200            | 77,12              |
| ТК             | 0,89         | 0,06         | 32,75      | 122          | Кисель из плодов                     | 200            | 10,25              |
| ТК             | 0,92         | 4,56         | 16,8       | 112          | Мини-рулет в пром/упаковке (1 штука) | 28             | 20,68              |
| ТК             | 3,5          | 1            | 25         | 119,5        | Хлеб пшеничный                       | 50             | 4,02               |
| ТК             | 1,8          | 0,3          | 13,5       | 63           | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30             | 2,79               |
|                | <b>19,63</b> | <b>26,76</b> | <b>130</b> | <b>717,6</b> | <b>Итого</b>                         | <b>628</b>     | <b>127,67</b>      |

(старшие классы) Обед

| №<br>Рецептуры | Б            | Ж            | У             | Ккал           | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                          | Выход, в<br>гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--|----------------|--------------------|
| 015-17         | 6,96         | 8,85         | 0             | 108            | Сыр порционно (твердых сортов)             | 30             | 29,30              |
| 111-04         | 3,9          | 4,3          | 16            | 118            | Борщ сибирский                             | 250            | 12,14              |
| ТК             | 20,5         | 34,6         | 5,89          | 352            | Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5) | 220            | 63,66              |
| ТК             | 3,17         | 2,78         | 15,95         | 100,5          | Кофейный напиток                           | 200            | 12,79              |
| ТК             | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47             | Яблоко                                     | 100            | 10,50              |
| ТК             | 4,2          | 1,2          | 30            | 143,4          | Хлеб пшеничный                             | 60             | 4,82               |
| ТК             | 2,4          | 0,4          | 18            | 84             | Хлеб ржано-пшеничный                       | 40             | 3,72               |
|                | <b>41,53</b> | <b>52,53</b> | <b>95,64</b>  | <b>952,9</b>   | <b>Итого</b>                               | <b>900</b>     | <b>136,93</b>      |
|                | <b>61,16</b> | <b>79,29</b> | <b>225,65</b> | <b>1670,47</b> | <b>Всего Бюджет:</b>                       | <b>1528</b>    | <b>264,60</b>      |

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

**II смена**

| №<br>Рецептуры | Б            | Ж            | У            | Ккал         | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                          | Выход, в<br>гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--|----------------|--------------------|
| 015-17         | 6,96         | 8,85         | 0            | 108          | Сыр порционно (твердых сортов)             | 30             | 29,30              |
| 111-04         | 3,9          | 4,3          | 16           | 118          | Борщ сибирский                             | 250            | 12,14              |
| ТК             | 20,5         | 34,6         | 5,89         | 352          | Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5) | 220            | 63,66              |
| ТК             | 3,17         | 2,78         | 15,95        | 100,5        | Кофейный напиток                           | 200            | 12,79              |
| ТК             | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47           | Яблоко                                     | 100            | 10,50              |
| ТК             | 4,2          | 1,2          | 30           | 143,4        | Хлеб пшеничный                             | 60             | 4,82               |
| ТК             | 2,4          | 0,4          | 18           | 84           | Хлеб ржано-пшеничный                       | 40             | 3,72               |
|                | <b>41,53</b> | <b>52,53</b> | <b>95,64</b> | <b>952,9</b> | <b>Итого</b>                               | <b>900</b>     | <b>136,93</b>      |

(старшие классы) Полдник

| №<br>Рецептуры | Б            | Ж            | У             | Ккал           | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                   | Выход, в<br>гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------------------|----------------|--------------------|
| 420-17         | 11,99        | 10,41        | 33,17         | 274            | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100            | 39,71              |
| ТК             | 1            | 0            | 20,2          | 84,8           | Напиток витаминизированный          | 200            | 10,78              |
| ТК             | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47             | Груша                               | 100            | 19,50              |
|                | <b>13,39</b> | <b>10,81</b> | <b>63,17</b>  | <b>405,8</b>   | <b>Итого</b>                        | <b>400</b>     | <b>69,99</b>       |
|                | <b>54,92</b> | <b>63,34</b> | <b>158,81</b> | <b>1358,70</b> | <b>Всего Бюджет:</b>                | <b>1300</b>    | <b>206,92</b>      |

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством

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

