



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

Утверждаю  
Директор ОУ *а.г.у.*



# МЕНЮ

24.11.2022

## Школа №74

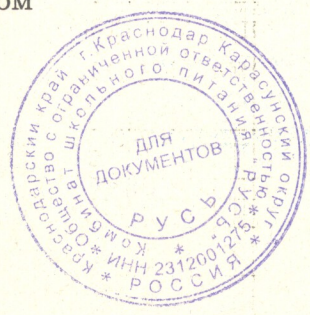
### Комплексы свободного выбора для старшекласников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	39,42	19,03	3,41	180	Отбивная из филе ЦБ	90	58,71
302-17	4,79	4,44	31	244	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	15,22
ТТК	0,78	3	4,8	50,4	Салат из квашенной капусты с маслом растительным, зеленью	60	10,19
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	31	2,50
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
	<b>48,36</b>	<b>27,29</b>	<b>73,1</b>	<b>627,85</b>	<b>Итого:</b>	<b>551</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
493	25,30	9,57	41,07	356	Плов с мясом говядины (50/150)	200	73,31
ТТК	1,2	4,05	7,22	68,8	Салат из свежей капусты с зеленым горошком, маслом растительным, зеленью	80	10,19
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	39	3,12
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
	<b>30,57</b>	<b>14,64</b>	<b>87,29</b>	<b>602,4</b>	<b>Итого:</b>	<b>539</b>	<b>92,00</b>

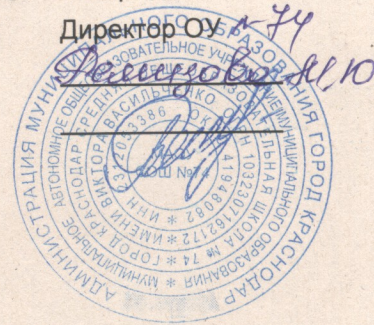
Ген. директор *Локоре*  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством

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





ООО Комбинат Школьного Питания «Русь» Утверждаю  
 ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02 Директор ОУ № 74  
 Режим работы: с 9-00 до 16-00



# МЕЖО

24.11.2022

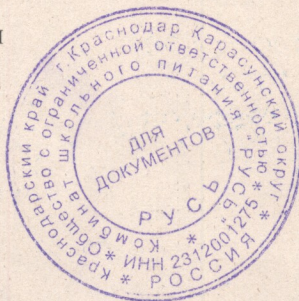
## Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,72	0,09	1,53	9	Огурцы соленые	90	14,99
ТК	8,4	15	28	215	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	60,05
ТК	0,89	0,06	33	154,6	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,4	0	9,8	38	Хурма свежая порционная	100	15,00
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>16,4</b>	<b>96</b>	<b>530</b>	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>104,56</b>

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,84	3,66	7,26	65,4	Салат из свеклы отварной с изюмом, маслом растительным, зеленью	60	7,18
111-04	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,18
ТК	18,2	26,8	5,2	318	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	57,32
ТК	3,17	2,78	16	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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>90</b>	<b>808</b>	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>120,89</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством

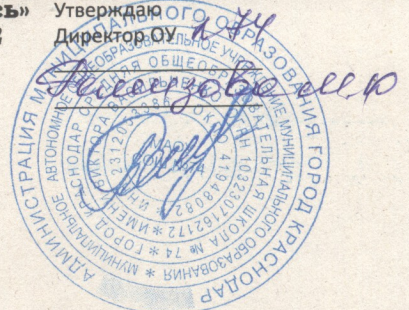
Качура Г. Ю.  
 Каде С. М.  
 Якунина Е. А.





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

Утверждаю  
 Директор ОУ



# МЕНЮ

24.11.2022

## Школа №74

### I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,96	0,12	2,04	12	Огурцы соленые	120	19,98
ТК	11,2	20,6	37,4	287	Вок "Курица с овощами"	200	79,08
ТК	0,89	0,06	32,75	122	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	1,4	6,4	11,2	108	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	20,17
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>19,75</b>	<b>28,48</b>	<b>121,9</b>	<b>711,2</b>	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>136,29</b>

(старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	6,96	8,85	0	108	Сыр порционнo (твердых сортов)	30	29,30
111-04	3,9	4,3	16	118	Борщ сибирский	250	13,66
ТК	20,5	34,6	5,89	352	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	64,85
ТК	3,17	2,78	15,95	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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>154,75</b>
	<b>61,28</b>	<b>81,01</b>	<b>217,53</b>	<b>1664,07</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1520</b>	<b>291,04</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

### II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	6,96	8,85	0	108	Сыр порционнo (твердых сортов)	30	29,30
111-04	3,9	4,3	16	118	Борщ сибирский	250	13,66
ТК	20,5	34,6	5,89	352	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	64,85
ТК	3,17	2,78	15,95	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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>154,75</b>

(старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
	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	Яблоко свежее порционное	100	10,50
	<b>13,39</b>	<b>10,81</b>	<b>63,17</b>	<b>405,8</b>	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>60,99</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>215,74</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



# МЕНЮ

24.11.2022

## Школа №74

### I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,72	0,09	1,53	9	Огурцы соленые	90	14,99
ТК	8,4	15,5	28,1	215	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	60,05
ТК	0,89	0,06	32,8	154,6	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,4	0	9,8	38	Хурма свежая порционная	100	15,00
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>16,4</b>	<b>96</b>	<b>530</b>	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>104,56</b>

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,84	3,66	7,26	65,4	Салат из свеклы отварной с изюмом, маслом растительным, зеленью	60	7,18
111-04	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,18
ТК	18,2	26,8	5,2	318	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	57,32
ТК	3,17	2,78	16	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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>90</b>	<b>808</b>	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>120,89</b>
	<b>45</b>	<b>55</b>	<b>186</b>	<b>1338,27</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1410</b>	<b>225,45</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

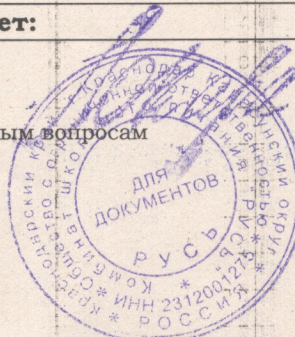
### II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,84	3,66	7,26	65,4	Салат из свеклы отварной с изюмом, маслом растительным, зеленью	60	7,18
111-04	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,18
ТК	18,2	26,8	5,2	318	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	57,32
ТК	3,17	2,78	16	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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>90</b>	<b>808</b>	<b>Итого</b>	<b>820</b>	<b>120,89</b>

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, 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>143</b>	<b>1166,77</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1120</b>	<b>171,38</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством



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