



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

05.12.2022

Школа №74

| № Рецептур ы | Б | Ж | У | Ккал | 1-4 классы I смена Завтрак Бюджет | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|------------------------------|-------------|-----------|-----------|------------|---|----------------|--------------------|
| 173-17, 174-17, 175-17 | 8,23 | 11 | 42,2 | 298 | Каша вязкая молочная из крупы рисовой с маслом сливочным (190/10) | 200 | 23,22 |
| ТК | 3,17 | 2,78 | 16 | 100,6 | Кофейный напиток | 200 | 20,40 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Яблоко свежее порционное | 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 |
| | 15,1 | 15 | 92 | 559 | Итого | 550 | 58,39 |

| № Рецептур ы | Б | Ж | У | Ккал | 1-4 классы II смена Обед Бюджет | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|--------------------|-----------|-----------|------------|------------|---|----------------|--------------------|
| ТТК | 0,48 | 3 | 6,24 | 54 | Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью | 60 | 11,00 |
| 110-04 | 16,50 | 4,22 | 10,41 | 86,40 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 10,12 |
| ТК | 7,3 | 7,6 | 31,82 | 234 | Наггетсы куриные | 100 | 64,80 |
| 205-17 | 5,17 | 5,99 | 29 | 188,4 | Макаронные изделия отварные с овощами | 150 | 6,19 |
| ТК | 0,07 | 0,02 | 10 | 40 | Чай с сахаром | 200 | 3,52 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 38 | Апельсин свежий порционный | 100 | 15,75 |
| ТК | 2,8 | 0,8 | 20 | 95,6 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,22 |
| ТК | 1,8 | 0,3 | 13,5 | 63 | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,79 |
| | 35 | 22 | 130 | 799 | Итого | 880 | 117,39 |

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



МЕНЮ

05.12.2022

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшеклассников

| № Рецепт уры | Б | Ж | У | Ккал | 92,00 | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|--------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---|----------------|--------------------|
| ТТК | 24,56 | 3,91 | 1,75 | 100,8 | Птица запеченная (бедро ЦБ) | 70 | 36,60 |
| 302-17 | 3,19 | 2,96 | 21 | 163 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 100 | 10,15 |
| ТТК | 0,91 | 2,3 | 5,9 | 54 | Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью | 60 | 10,13 |
| ТК | 2,1 | 0,6 | 15 | 71,7 | Хлеб пшеничный | 29 | 2,36 |
| ТК | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,86 |
| ТК | 3,17 | 2,78 | 16 | 100,6 | Кофейный напиток | 200 | 20,40 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Яблоко свежее порционное | 100 | 10,50 |
| | 35,53 | 13,15 | 77,99 | 578,63 | Итого: | 579 | 92,00 |

| № Рецепт уры | Б | Ж | У | Ккал | 92,00 | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|--------------------|--------------|--------------|------------|--------------|---|----------------|--------------------|
| ТК | 4,38 | 4,56 | 19,08 | 140,4 | Наггетсы куриные | 60 | 38,88 |
| 520 | 5,70 | 5,80 | 34,40 | 197,10 | Макаронны отварные с маслом сливочным | 150 | 8,71 |
| ТТК | 0,78 | 3 | 4,8 | 50,4 | Салат из квашенной капусты с маслом растительным, зеленью | 60 | 10,13 |
| ТК | 1,4 | 0,4 | 10 | 47,8 | Хлеб пшеничный | 19 | 1,52 |
| ТК | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,86 |
| ТК | 3,17 | 2,78 | 16 | 100,6 | Кофейный напиток | 200 | 20,40 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Яблоко свежее порционное | 100 | 10,50 |
| | 17,03 | 17,14 | 103 | 625,3 | Итого: | 609 | 92,00 |

| № Рецепт уры | Б | Ж | У | Ккал | 92,00 | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---|----------------|--------------------|
| 173-17, 174-17, 175-17 | 8,23 | 11 | 42,2 | 298 | Каша вязкая молочная из крупы рисовой с маслом сливочным (190/10) | 200 | 23,22 |
| 015-17 | 8,35 | 11 | 0 | 129,6 | Сыр порционно (твердых сортов) | 34 | 33,08 |
| ТК | 2,45 | 0,7 | 17,5 | 83,65 | Хлеб пшеничный | 37 | 2,94 |
| ТК | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,86 |
| ТК | 3,17 | 2,78 | 16 | 100,6 | Кофейный напиток | 200 | 20,40 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Яблоко свежее порционное | 100 | 10,50 |
| | 23,8 | 25,23 | 94,45 | 700,85 | Итого: | 591 | 92,00 |

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.



МЕНЮ

05.12.2022

Школа №74



I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

| № Рецептуры | Б | Ж | У | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---|-------------|-----------------|
| 015-17 | 4,64 | 5,9 | 0 | 72 | Сыр порционно (твердых сортов) | 20 | 19,85 |
| 173-17, 174-17, 175-17 | 8,23 | 10,53 | 42,2 | 298 | Каша вязкая молочная из крупы рисовой с маслом сливочным (190/10) | 200 | 23,22 |
| ТК | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,6 | Кофейный напиток | 200 | 20,40 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Яблоко свежее порционное | 100 | 10,50 |
| 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 |
| | 21,74 | 20,91 | 106,5 | 700,1 | Итого | 600 | 80,78 |

(старшие классы) Обед

| № Рецептуры | Б | Ж | У | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------------------------|-------------|-----------------|
| 110-04 | 2,06 | 5,27 | 13,01 | 108 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 12,36 |
| ТК | 7,3 | 7,6 | 31,82 | 234 | Наггетсы куриные | 100 | 64,80 |
| 205-17 | 6,2 | 7,19 | 34,22 | 226 | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,90 |
| ТК | 0,07 | 0,02 | 10 | 40 | Чай с сахаром | 200 | 3,52 |
| 406-17 | 11,68 | 8,04 | 22,48 | 143,4 | Пирожок печеный с печенью | 75 | 27,11 |
| ТК | 2,8 | 0,8 | 20 | 95,6 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,22 |
| ТК | 2,4 | 0,4 | 18 | 84 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,72 |
| | 32,51 | 29,32 | 149,5 | 930,9 | Итого | 885 | 121,63 |
| | 54,25 | 50,23 | 255,98 | 1631,01 | Всего Бюджет: | 1485 | 202,41 |

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

II смена

| № Рецептуры | Б | Ж | У | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------------------------|-------------|-----------------|
| 110-04 | 2,06 | 5,27 | 13,01 | 108 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 12,36 |
| ТК | 7,3 | 7,6 | 31,82 | 234 | Наггетсы куриные | 100 | 64,80 |
| 205-17 | 6,2 | 7,19 | 34,22 | 226 | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,90 |
| ТК | 0,07 | 0,02 | 10 | 40 | Чай с сахаром | 200 | 3,52 |
| 406-17 | 11,68 | 8,04 | 22,48 | 143,4 | Пирожок печеный с печенью | 75 | 27,11 |
| ТК | 2,8 | 0,8 | 20 | 95,6 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,22 |
| ТК | 2,4 | 0,4 | 18 | 84 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,72 |
| | 32,51 | 29,32 | 149,5 | 930,9 | Итого | 885 | 121,63 |

(старшие классы) Полдник

| № Рецептуры | Б | Ж | У | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------------------|-------------|-----------------|
| 742-04 | 9,05 | 8,75 | 46,85 | 324 | Кулебяка с капустой (2/75) | 150 | 26,34 |
| ТК | 3,16 | 2,7 | 15,95 | 100,6 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 20,40 |
| | 12,21 | 11,45 | 62,8 | 424,9 | Итого | 350 | 46,74 |
| | 44,72 | 40,77 | 212,33 | 1355,80 | Всего Бюджет: | 1235 | 168,37 |

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 *н 74*

М Е Ж О

05.12.2022

Школа №74



ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

I смена

| № Рецептуры | Б | Ж | У | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|------------------------------|-------------|-----------|-----------|------------|---|----------------|--------------------|
| 173-17, 174-17, 175-17 | 8,23 | 10,5 | 42,2 | 298 | Каша вязкая молочная из крупы рисовой с маслом сливочным (190/10) | 200 | 23,22 |
| ТК | 3,17 | 2,78 | 16 | 100,6 | Кофейный напиток | 200 | 20,40 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Яблоко свежее порционное | 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 |
| | 15,1 | 15 | 92 | 559 | Итого | 550 | 58,39 |

(младшие классы) Обед

| № Рецептуры | Б | Ж | У | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|----------------|-----------|-----------|------------|----------------|---|----------------|--------------------|
| ТТК | 0,48 | 3 | 6,24 | 54 | Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью | 60 | 11,00 |
| 110-04 | 16,50 | 4,22 | 10,41 | 86,40 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 10,12 |
| ТК | 7,3 | 7,6 | 31,82 | 234 | Наггетсы куриные | 100 | 64,80 |
| 205-17 | 5,17 | 5,99 | 28,5 | 188,4 | Макароны отварные с овощами | 150 | 6,19 |
| ТК | 0,07 | 0,02 | 10 | 40 | Чай с сахаром | 200 | 3,52 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 38 | Апельсин свежий порционный | 100 | 15,75 |
| ТК | 2,8 | 0,8 | 20 | 95,6 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,22 |
| ТК | 1,8 | 0,3 | 13,5 | 63 | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,79 |
| | 35 | 22 | 130 | 799 | Итого | 880 | 117,39 |
| | 50 | 37 | 222 | 1358,53 | Всего Бюджет: | 1430 | 175,78 |

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

| № Рецептуры | Б | Ж | У | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|----------------|-----------|-----------|------------|------------|---|----------------|--------------------|
| ТТК | 0,48 | 3 | 6,24 | 54 | Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью | 60 | 11,00 |
| 110-04 | 16,50 | 4,22 | 10,41 | 86,40 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 10,12 |
| ТК | 7,3 | 7,6 | 31,82 | 234 | Наггетсы куриные | 100 | 64,80 |
| 205-17 | 5,17 | 5,99 | 28,5 | 188,4 | Макароны отварные с овощами | 150 | 6,19 |
| ТК | 0,07 | 0,02 | 10 | 40 | Чай с сахаром | 200 | 3,52 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 38 | Апельсин свежий порционный | 100 | 15,75 |
| ТК | 2,8 | 0,8 | 20 | 95,6 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,22 |
| ТК | 1,8 | 0,3 | 13,5 | 63 | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,79 |
| | 35 | 22 | 130 | 799 | Итого | 880 | 117,39 |

(младшие классы) Поддник

| № Рецептуры | Б | Ж | У | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|----------------|-------------|-------------|------------|----------------|----------------------------|----------------|--------------------|
| 742-04 | 6,03 | 5,83 | 31,2 | 203 | Кулебяка с капустой | 100 | 17,54 |
| ТК | 3,16 | 2,7 | 16 | 100,6 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 20,40 |
| ТК | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | Яблоко свежее порционное | 100 | 10,50 |
| | 9,59 | 8,93 | 57 | 350,5 | Итого | 400 | 48,44 |
| | 44 | 31 | 187 | 1149,69 | Всего Бюджет: | 1280 | 165,83 |

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.