



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

Утверждаю  
Директор ОУ *Л. Г. Ю.*



# МЕНЮ

06.12.2022

## Школа №74

Комплексы свободного выбора для  
старшекласников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
268-17	15	22	13,02	278,67	Шницель говяжий	100	55,02
54-11г- 20, ТК	3,2	5,2	19,8	139	Пюре картофельное	150	19,30
ТК	0,48	0,06	1,02	6	Огурцы соленые	60	9,99
ТК	1,4	0,4	10	47,8	Хлеб пшеничный	19	1,51
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
	<b>21,41</b>	<b>27,86</b>	<b>63,04</b>	<b>555,25</b>	<b>Итого:</b>	<b>549</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
209/03	18,15	11,3	4,1	232,50	Поджарка из филе ЦБ (75/15)	90	57,06
ТК	2,69	5,32	21,92	141,00	Ризотто с овощами	100	14,42
ТТК	0,78	3	4,8	50,4	Салат из квашенной капусты с маслом растительным, зеленью	60	9,99
ТК	3,85	1,10	27,50	131,45	Хлеб пшеничный	54	4,35
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
	<b>26,8</b>	<b>20,92</b>	<b>77,52</b>	<b>639,35</b>	<b>Итого:</b>	<b>524</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	21	14	8,95	245,4	Гратен из печени	120	52,34
ТК	4,03	7,98	33	211,5	Ризотто с овощами	150	21,63
ТК	0,48	0,06	1,02	6	Огурцы соленые	60	9,99
ТК	1,75	0,50	12,50	59,75	Хлеб пшеничный	23	1,86
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
	<b>28,91</b>	<b>22,27</b>	<b>74,52</b>	<b>606,65</b>	<b>Итого:</b>	<b>573</b>	<b>92,00</b>

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством



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

*Handwritten signature*

*Handwritten mark*



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

06.12.2022

## Школа №74

№ Рецептур	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,33	0,08	2,27	17,08	Капуста квашенная	70	12,00
451-04	15,9	14,4	16	279	Шницель говяжий	100	55,02
54-11г-20, ТК	3,41	5,55	21	149	Пюре картофельное	160	20,58
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
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>24</b>	<b>21</b>	<b>74</b>	<b>600</b>	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>96,19</b>

№ Рецептур	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,48	0,06	1,02	6	Огурцы соленые	60	9,99
135-04	1,76	3,52	9,92	79,2	Суп из овощей	200	11,74
ТК	21	14	8,95	245,4	Гратен из печени	120	52,34
ТК	4,03	7,98	33	211,5	Ризотто с овощами	150	21,63
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	1,4	6,4	11,2	108	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	20,17
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	40	3,22
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	<b>34</b>	<b>32</b>	<b>113</b>	<b>873</b>	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>134,45</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 О**

06.12.2022

**Школа №74**



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

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	2,36	0,16	4,08	30,4	Капуста квашенная	120	20,59
451-04	15,9	14,4	16	279	Шницель говяжий	100	55,02
54-11г-20, ТК	3,84	6,24	23,76	167	Пюре картофельное	180	23,15
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	30	2,41
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	<b>26,13</b>	<b>21,7</b>	<b>82,54</b>	<b>653,1</b>	<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>108,28</b>

**(старшие классы) Обед**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
135-04	2,2	4,4	12,4	99	Суп из овощей	250	14,38
ТК	21,32	13,53	8,95	245,4	Гратен из печени	120	52,34
ТК	4,84	9,58	39,42	235,8	Ризотто с овощами	180	25,94
389-07, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	1,4	6,4	11,2	108	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	20,17
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	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	<b>36,96</b>	<b>35,71</b>	<b>143</b>	<b>1015</b>	<b>Итого</b>	<b>940</b>	<b>143,22</b>
	<b>63,09</b>	<b>57,41</b>	<b>225,49</b>	<b>1668,07</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1600</b>	<b>251,50</b>

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

**II смена**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
135-04	2,2	4,4	12,4	99	Суп из овощей	250	14,38
ТК	21,32	13,53	8,95	245,4	Гратен из печени	120	52,34
ТК	4,84	9,58	39,42	235,8	Ризотто с овощами	180	25,94
389-07, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	1,4	6,4	11,2	108	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	20,17
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	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	<b>36,96</b>	<b>35,71</b>	<b>143</b>	<b>1015</b>	<b>Итого</b>	<b>940</b>	<b>143,22</b>

**(старшие классы) Полдник**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	19,83	27,33	69,33	305	Булочка с сыром	100	33,38
ТК	0,07	0,02	20	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	10,50
	<b>20,3</b>	<b>27,75</b>	<b>99,13</b>	<b>394</b>	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>48,20</b>
	<b>57,26</b>	<b>63,46</b>	<b>242,08</b>	<b>1409,02</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1340</b>	<b>191,42</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством

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





**М Е Ж О**

06.12.2022

**Школа №74**

**I смена**

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

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,33	0,08	2,27	17,08	Капуста квашенная	70	12,00
451-04	15,9	14,4	16	279	Шницель говяжий	100	55,02
54-11г-20, ТК	3,41	5,55	21,1	149	Пюре картофельное	160	20,58
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
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>24</b>	<b>21</b>	<b>74</b>	<b>600</b>	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>96,19</b>

**(младшие классы) Обед**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,48	0,06	1,02	6	Огурцы соленые	60	9,99
135-04	1,76	3,52	9,92	79,2	Суп из овощей	200	11,74
ТК	21,3	13,5	8,95	245,4	Гратен из печени	120	52,34
ТК	4,03	7,98	32,9	211,5	Ризотто с овощами	150	21,63
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	1,4	6,4	11,2	108	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	20,17
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	40	3,22
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	<b>34</b>	<b>32</b>	<b>113</b>	<b>873</b>	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>134,45</b>
	<b>58</b>	<b>53</b>	<b>187</b>	<b>1472,64</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1390</b>	<b>230,64</b>

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

**II смена**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,48	0,06	1,02	6	Огурцы соленые	60	9,99
135-04	1,76	3,52	9,92	79,2	Суп из овощей	200	11,74
ТК	21,3	13,5	8,95	245,4	Гратен из печени	120	52,34
ТК	4,03	7,98	32,9	211,5	Ризотто с овощами	150	21,63
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	1,4	6,4	11,2	108	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	20,17
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	40	3,22
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	<b>34</b>	<b>32</b>	<b>113</b>	<b>873</b>	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>134,45</b>

**(младшие классы) Полдник**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
440-17	13,1	6,06	38,7	300	Булочка творожная	100	22,67
ТК	0,07	0,02	20	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
	<b>13,2</b>	<b>6,08</b>	<b>58,7</b>	<b>342</b>	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>26,99</b>
	<b>47</b>	<b>39</b>	<b>172</b>	<b>1214,5</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1110</b>	<b>161,44</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством



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

