

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

08.12.2022

Школа №74

№ рецептур	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	57,92
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
	14	16,4	96	530	Итого	590	102,43

№ рецептур	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,76	0,05	16	65	Салат из моркови с изюмом	60	7,62
ТТК	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,09
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	9,8	38	Мандарин	100	14,95
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
	31	34	98	799	Итого	820	118,19

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 *Г. Ю. Качура*



М Е Ж О

08.12.2022

Школа №74

**Комплексы свободного выбора для
старшеклассников**

№ Рецепт урн	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	30,66	14,8	2,6	140	Отбивная из филе ЦБ	70	44,43
302-17	3,19	2,96	21	163	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	100	10,15
ТК	0,48	0,06	1,02	6	Огурцы соленые	60	9,99
ТК	4,2	1,2	30	143,4	Хлеб пшеничный	59	4,77
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	5,6	6,4	8,2	113	Бифилайф в пром/упаковке (1 шт.)	150	20,80
	45,33	25,64	71,38	606,93	Итого:	459	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
443-04, ТК	15,1	14,8	26,4	245	Плов из говядины (40/100)	140	56,61
ТТК	1,5	4,32	2,02	53,16	Салат из пекинской капусты с зеленым горошком, маслом растительным, зеленью	60	9,99
ТК	2,45	0,7	17,5	83,65	Хлеб пшеничный	34	2,74
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	5,6	6,4	8,2	113	Бифилайф в пром/упаковке (1 шт.)	150	20,80
	25,87	26,46	63,13	536,81	Итого:	404	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	8,4	15	28	215	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	57,92
ТК	0,48	0,06	1,02	6	Огурцы соленые	60	9,99
ТК	1,4	0,4	10	47,8	Хлеб пшеничный	18	1,43
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	5,6	6,4	8,2	113	Бифилайф в пром/упаковке (1 шт.)	150	20,80
	17,08	22,51	56,27	423,8	Итого:	398	92,00

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

08.12.2022

Школа №74



ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	I смена	
						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	57,92
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
	14	16,4	96	530	Итого	590	102,43

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	II смена	
						Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,76	0,05	15,8	65	Салат из моркови с изюмом	60	7,62
111-04	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,09
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	9,8	38	Мандарин	100	14,95
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
	31	34	98	799	Итого	820	118,19
	45	51	194	1328,87	Всего Бюджет:	1410	220,62

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	II смена	
						Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,76	0,05	15,8	65	Салат из моркови с изюмом	60	7,62
111-04	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,09
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	9,8	38	Мандарин	100	14,95
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
	31	34	98	799	Итого	820	118,19

(младшие классы) Подник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	II смена	
						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
	13	10,4	53,4	358,8	Итого	300	50,49
	44	45	151	1157,37	Всего Бюджет:	1120	168,68

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

08.12.2022

Школа №74



ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

I смена

№ 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	76,45
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
	19,75	28,48	121,9	711,2	Итого	620	133,66

(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 порционно (твердых сортов)	30	25,58
111-04	3,9	4,3	16	118	Борщ сибирский	250	13,57
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	9,8	38	Мандарин	100	14,95
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
	41,53	52,13	95,64	943,9	Итого	900	147,89
	61,28	80,61	217,53	1655,07	Всего Бюджет:	1520	281,55

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 порционно (твердых сортов)	30	25,58
111-04	3,9	4,3	16	118	Борщ сибирский	250	13,57
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	9,8	38	Мандарин	100	14,95
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
	41,53	52,13	95,64	943,9	Итого	900	147,89

(старшие классы) Подник

№ 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	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	15,75
	13,39	10,41	63,17	396,8	Итого	400	66,24
	54,92	62,54	158,81	1340,70	Всего Бюджет:	1300	214,13

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством

Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.

