



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

Утверждаю  
 Директор ОУ *Л. 74*



# МЕНЮ

09.12.2022

## 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	0,9	0,2	3,2	18,33	Помидоры свежие	100	19,89
ТК	18	12	4,1	229	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (90/5)	95	84,34
54-11г-20, ТК	3,4	5,6	21	149	Пюре картофельное	160	20,58
ТК	0,9	0	18	76,3	Напиток витаминизированный	180	9,70
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>27</b>	<b>18</b>	<b>71</b>	<b>586</b>	<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>138,78</b>

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	II смена	
						Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,6	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
138-04	1,7	2,2	15	114	Суп картофельный с крупой рисовой	200	9,69
ТК	7,3	6,6	98	403	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5)	155	83,55
ТК	0,1	0	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
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>18</b>	<b>16</b>	<b>162</b>	<b>816</b>	<b>Итого</b>	<b>735</b>	<b>129,87</b>
	<b>45</b>	<b>34</b>	<b>233</b>	<b>1402,09</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1320</b>	<b>268,65</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	II смена	
						Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,6	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
138-04	1,7	2,2	15	114	Суп картофельный с крупой рисовой	200	9,69
ТК	7,3	6,6	98	403	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5)	155	83,55
ТК	0,1	0	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
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>18</b>	<b>16</b>	<b>162</b>	<b>816</b>	<b>Итого</b>	<b>735</b>	<b>129,87</b>

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	III смена	
						Выход, в гр	Цена, руб. коп.
406-17	6	7,6	37	240	Пирожок печеный с картофелем	100	18,63
342-17, ТК	0,2	0,2	28	105	Компот из ягод свежемороженых	200	10,64
	<b>6,19</b>	<b>7,76</b>	<b>64,7</b>	<b>345</b>	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>29,27</b>
	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>227</b>	<b>1161,2</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1035</b>	<b>159,14</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством



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

*Handwritten signature*



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

Утверждаю  
 Директор ОУ № 74



# МЕНЮ

09.12.2022

## 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	1,02	0,18	3,48	20,16	Помидоры свежие	110	21,88
ТК	17,8	15,8	4,83	268	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (110/5)	115	101,97
54-11г-20, ТК	3,84	6,24	23,8	167	Пюре картофельное	180	23,15
ТК	0,9	0	18,2	76,3	Напиток витаминизированный	180	9,70
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
	<b>28,17</b>	<b>23,32</b>	<b>83,75</b>	<b>690,8</b>	<b>Итого</b>	<b>655</b>	<b>162,71</b>

(старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
138-04	2,1	2,8	19,1	143	Суп картофельный с крупой рисовой	250	11,81
ТК	9,39	8,37	127	472	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (195/5)	200	108,19
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	4,2	1,2	30	143	Хлеб пшеничный	60	4,82
ТК	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	<b>18,62</b>	<b>13,17</b>	<b>214</b>	<b>931,1</b>	<b>Итого</b>	<b>850</b>	<b>142,76</b>
	<b>46,79</b>	<b>36,49</b>	<b>297,78</b>	<b>1621,82</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1505</b>	<b>305,47</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

### II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
138-04	2,1	2,8	19,1	143	Суп картофельный с крупой рисовой	250	11,81
ТК	9,39	8,37	127	472	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (195/5)	200	108,19
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	4,2	1,2	30	143	Хлеб пшеничный	60	4,82
ТК	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	<b>18,62</b>	<b>13,17</b>	<b>214</b>	<b>931,1</b>	<b>Итого</b>	<b>850</b>	<b>142,76</b>

(старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
743-04	15,6	10,7	30	250	Расстегай с мясом	100	31,45
342-17, ТК	0,13	24,5	0,04	117	Компот из ягод свежемороженых	200	10,64
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	<b>16,1</b>	<b>35,62</b>	<b>39,81</b>	<b>414</b>	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>51,99</b>
	<b>34,72</b>	<b>48,79</b>	<b>253,84</b>	<b>1345,06</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1250</b>	<b>194,75</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 №74

# МЕНЮ

09.12.2022

## Школа №74



№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,9	0,2	3,2	18,33	Помидоры свежие	100	19,89
ТК	18	12	4,1	229	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (90/5)	95	84,34
54-11г- 20, ТК	3,4	5,6	21	149	Пюре картофельное	160	20,58
ТК	0,9	0	18	76,3	Напиток витаминизированный	180	9,70
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>27</b>	<b>18</b>	<b>71</b>	<b>586</b>	<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>138,78</b>

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,6	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
138-04	1,7	2,2	15	114	Суп картофельный с крупой рисовой	200	9,69
ТК	7,3	6,6	98	403	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5)	155	83,55
ТК	0,1	0	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
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>18</b>	<b>16</b>	<b>162</b>	<b>816</b>	<b>Итого</b>	<b>735</b>	<b>129,87</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



# МЕНЮ

09.12.2022

## Школа №74

Комплексы свободного выбора для  
старшекласников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	20,55	14,37	7,34	241	Птица тушеная с овощами (бедро) (100/25)	125	49,89
54-11г- 20, ТК	3,2	5,2	19,8	139	Пюре картофельное	150	19,30
ТТК	0,76	0,05	16	65	Салат из моркови с изюмом	60	7,62
ТК	2,45	0,7	17,5	83,65	Хлеб пшеничный	33	2,69
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
342- 17, ТК	0,16	0,16	28	105	Компот из ягод свежемороженых	200	10,64
	<b>28,32</b>	<b>20,68</b>	<b>97,26</b>	<b>675,22</b>	<b>Итого:</b>	<b>588</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	39,86	18,78	19,86	260,40	Шницель из мяса птицы с сыром, зеленью	90	55,16
149	3,96	1,44	25,68	133,20	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	11,35
ТК	0,37	0,07	1,27	7,33	Помидоры свежие	40	7,62
ТК	3,85	1,10	27,50	131,45	Хлеб пшеничный	55	4,44
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
342- 17, ТК	0,16	0,16	28	105	Компот из ягод свежемороженых	200	10,64
	<b>50</b>	<b>21,85</b>	<b>116</b>	<b>700,38</b>	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	10,52	6,66	2,39	132,52	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (50/5)	55	49,08
54-11г- 20, ТК	3,2	5,2	19,8	139	Пюре картофельное	150	19,30
ТК	0,37	0,07	1,27	7,33	Помидоры свежие	40	7,62
ТК	2,45	0,7	17,5	83,65	Хлеб пшеничный	32	2,57
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
342- 17, ТК	0,16	0,16	28	105	Компот из ягод свежемороженых	200	10,64
	<b>18,5</b>	<b>13,09</b>	<b>82,27</b>	<b>530,28</b>	<b>Итого:</b>	<b>507</b>	<b>92,00</b>

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством



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