



М Е Ж О

13.12.2022

Школа №74



I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,44	5,05	1,44	53	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	100	22,77
210-03, ТК	17,87	9,81	20,4	226,3	Рагу из филе птицы (100/100)	200	80,88
ТК	3,67	3,19	15,82	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1	6	12	107	Вафли с молочной начинкой в пром/упаковке (1 шт.)	20	20,28
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
	28,28	25,35	88,16	675,8	Итого	580	143,65

(старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,92	0,17	3,17	18,33	Помидоры свежие	100	19,89
93-18	1,58	4,38	6,25	70,75	Борщ из свежей капусты	250	6,98
443-04, ТК	21,6	21,2	37,73	350	Плов из говядины	200	122,94
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
ТК	1,05	4,8	8,4	81	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (2 шт.)	30	32,66
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	15,75
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
	32,25	32,25	131,9	860,5	ИТОГО	980	217,01
	60,53	57,60	220,01	1536,25	Всего Бюджет:	1560	360,66

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,92	0,17	3,17	18,33	Помидоры свежие	100	19,89
93-18	1,58	4,38	6,25	70,75	Борщ из свежей капусты	250	6,98
443-04, ТК	21,6	21,2	37,73	350	Плов из говядины	200	122,94
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
ТК	1,05	4,8	8,4	81	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (2 шт.)	30	32,66
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	15,75
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
	32,25	32,25	131,9	860,5	ИТОГО	980	217,01

(старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
406-17	9,05	11,4	55,35	360	Пирожок печеный с картофелем	150	30,74
ТК	0,07	0,02	20	40	Чай с сахаром	200	3,52
	9,12	11,42	75,35	400	Итого	350	34,26
	41,37	43,67	207,2	1260,48	Всего Бюджет:	1330	251,27

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. П. 49*



МЕНЮ

13.12.2022

Школа №74

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,58	0,08	1,58	10	Огурцы свежие	100	21,42
210-03, ТК	13,4	7,36	15,3	169,7	Рагу из филе птицы (50/100)	150	46,32
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1,25	1,25	17,5	87,5	Пряник «Палочки-считалочки» в пром/упаковке (1 шт.)	25	11,65
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
	22,2	12,7	74,2	487,9	Итого	505	96,57

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,55	0,1	1,9	11	Помидоры свежие	60	11,90
93-18	1,26	3,50	5,00	56,60	Борщ со свежей капустой	200	5,82
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	67,64
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
ТК	1,05	4,8	8,4	81	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	16,33
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	15,75
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
	24,9	25,7	110	706,6	ИТОГО	805	134,50
	47	38	185	1194,5	Всего Бюджет:	1310	231,07

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,55	0,1	1,9	11	Помидоры свежие	60	11,90
93-18	1,26	3,50	5,00	56,60	Борщ со свежей капустой	200	5,82
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	67,64
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
ТК	1,05	4,8	8,4	81	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	16,33
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	15,75
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
	24,9	25,7	110	706,6	ИТОГО	805	134,50

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	12	10,4	33,2	233,9	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	33,78
ТК	0,07	0,02	20	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	1,05	4,8	8,4	81	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	16,33
	13,1	15,2	61,6	354,9	Итого	315	53,63
	38	41	172	1061,48	Всего Бюджет:	1120	188,13

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 *а.т.т.*



МЕНЮ

13.12.2022

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшеклассников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины (50/100)	150	67,64
ТК	0,18	0,03	0,48	3	Огурцы свежие	30	6,51
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	31	2,48
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	9,06
	21,05	19,45	80,08	517,6	Итого:	461	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	8,37	9,12	10,80	169	Тефтели из мяса птицы (120/30)	150	46,01
518-04	3,6	9,18	29	217,8	Картофель отварной	180	22,34
ТК	0,18	0,03	0,48	3	Огурцы свежие	30	6,51
ТК	1,4	0,4	10	47,8	Хлеб пшеничный	22	1,77
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	9,06
	16,12	21,65	86,2	617,75	Итого:	632	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
210-03, ТК	16,08	8,83	18,4	203,4	Рагу из филе птицы (80/100)	180	67,06
ТТК	0,52	2	3,2	33,6	Салат из квашенной капусты с маслом растительным, зеленью	40	6,51
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	38	3,06
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	9,06
	21,97	14,55	77,86	513	Итого:	508	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» Утверждаю
 ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02 Директор ОУ *н 74*
 Режим работы: с 9-00 до 16-00

МЕЖО

13.12.2022



Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,58	0,08	1,58	10	Огурцы свежие	100	21,42
210-03, ТК	13,4	7,36	15,3	169,7	Рагу из филе птицы (50/100)	150	46,32
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1,25	1,25	17,5	87,5	Пряник «Палочки-считалочки» в пром/упаковке (1 шт.)	25	11,65
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
	22,2	12,7	74,2	487,9	Итого	505	96,57

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,55	0,1	1,9	11	Помидоры свежие	60	11,90
93-18	1,26	3,50	5,00	56,60	Борщ со свежей капустой	200	5,82
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	67,64
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежезамороженных	200	10,25
ТК	1,05	4,8	8,4	81	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	16,33
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	15,75
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
	24,9	25,7	110	706,6	ИТОГО	805	134,50

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством

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

