



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



МЕЖО

14.12.2022

Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
234-17, ТК	14,8	13,9	11,8	164	Котлета рыбная (филе минтая)	100	37,41
518-04	3	7,65	23,9	181,5	Картофель отварной	150	18,80
389-17, ТК	0,9	0	18,2	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	14,95
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
	22,4	22,4	87,6	573,5	Итого	580	87,58

№ Рецептур ы	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
147-04	1,91	4,06	10,4	96,8	Суп с макаронными изделиями	200	7,18
ТК	14,7	5,57	3,1	219,5	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	53,05
302-17	4,79	4,44	30,9	243,8	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	15,22
ТК	0,07	0,02	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
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
	27,2	15,5	93,9	790,6	ИТОГО	785	96,57

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



МЕНЮ

14.12.2022

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшеклассников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	22	5,76	41	308	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным (200/10)	210	44,42
015-07	5,8	7,38	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	24	20,63
ТК	1,4	0,4	10	47,8	Хлеб пшеничный	21	1,69
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
389-17, ТК	0,9	0	18,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	32,19	14,14	88,36	619,22	Итого:	575	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	35,09	5,59	2,50	144	Птица запеченная (голень ЦБ)	100	53,33
520	3,65	3,32	23	141	Макароны отварные с маслом сливочным (спагетти)	100	5,88
ТК	0,78	0,06	4,14	20,22	Морковные полосочки	60	4,95
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	32	2,58
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
389-17, ТК	0,9	0	18,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	44,12	10,17	81,87	550,72	Итого:	612	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
234-17, ТК	14,8	13,9	11,8	164	Котлета рыбная (филе минтая)	100	37,41
518-04	3,6	9,18	29	217,8	Картофель отварной	180	22,34
ТК	0,24	0,03	0,51	3	Огурцы соленые	30	4,95
ТК	1,75	0,50	12,50	59,75	Хлеб пшеничный	25	2,04
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
389-17, ТК	0,9	0	18,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	22,89	24,21	90,41	618,35	Итого:	655	92,00

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.



МЕНЮ

14.12.2022

Школа №74



ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
234-17, ТК	14,8	13,9	11,8	164	Котлета рыбная (филе минтая)	100	37,41
518-04	3,6	9,18	28,62	217,8	Картофель отварной	180	22,34
389-17, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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
	25	24,38	106,9	678,62	Итого	640	93,66

(старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,12	12,9	2,4	104	Салат из соленых огурцов с маслом растительным, зеленью	100	17,89
147-04	2,39	5,08	13	121	Суп с макаронными изделиями	250	8,68
ТК	13,9	9,4	4,6	200,3	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	73,71
302-17	5,75	5,33	37,07	248,4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	18,27
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	143,4	Хлеб пшеничный	60	4,82
ТК	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	29,29	34,71	125,07	990,09	ИТОГО	1050	141,31
	54,29	59,09	231,97	1668,71	Всего Бюджет:	1690	234,97

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,12	12,9	2,4	104	Салат из соленых огурцов с маслом растительным, зеленью	100	17,89
147-04	2,39	5,08	13	121	Суп с макаронными изделиями	250	8,68
ТК	13,9	9,4	4,6	200,3	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	73,71
302-17	5,75	5,33	37,07	248,4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	18,27
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	143,4	Хлеб пшеничный	60	4,82
ТК	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	29,29	34,71	125,07	990,09	ИТОГО	1050	141,31

(старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	11,99	10,41	33,17	233,9	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	33,78
389-17, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	1,05	4,8	8,4	81	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	16,33
	14,34	15,61	69,55	438,2	Итого	395	72,16
	43,63	50,32	194,62	1428,29	Всего Бюджет:	1445	213,47

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 *п.ч.д*

МЕНЮ

14.12.2022

Школа №74



ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
234-17, ТК	14,8	13,9	11,8	164	Котлета рыбная (филе минтая)	100	37,41
518-04	3	7,65	23,9	181,5	Картофель отварной	150	18,80
389-17, ТК	0,9	0	18,2	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	14,95
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
	22,4	22,4	87,6	573,5	Итого	580	87,58

(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
147-04	1,91	4,06	10,4	96,8	Суп с макаронными изделиями	200	7,18
ТК	14,7	5,57	3,1	219,5	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	53,05
302-17	4,79	4,44	30,9	243,8	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	15,22
ТК	0,07	0,02	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
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
	27,2	15,5	93,9	790,6	ИТОГО	785	96,57
	50	37,8	182	1364,07	Всего Бюджет:	1365	184,15

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
147-04	1,91	4,06	10,4	96,8	Суп с макаронными изделиями	200	7,18
ТК	14,7	5,57	3,1	219,5	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	53,05
302-17	4,79	4,44	30,9	243,8	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	15,22
ТК	0,07	0,02	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32
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
	27,2	15,5	93,9	790,6	ИТОГО	785	96,57

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
743-04	15,6	10,7	30	266,9	Расстегай с мясом (говядина)	100	31,45
389-17, ТК	0,9	0	18,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
	15,7	35,2	30	343,9	Итого	300	44,95
	43	51	124	1134,45	Всего Бюджет:	1085	141,52

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством

Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.

