



МЕНЮ

16.12.2022

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	0,8	0,1	1,7	10	Огурцы соленые	100	16,65
ТК	21,32	13,53	8,95	245,4	Гратен из печени	120	52,34
205-17	6,2	7,19	34,22	226	Макароны отварные с овощами	180	6,90
389-17,	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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
	33,12	21,72	91,55	692,5	Итого	640	93,24

(старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,3	6	7	90	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	100	16,51
110-04	2,06	5,27	13,01	108	Борщ с капустой и картофелем	250	12,36
ТК	22,95	14,54	5,2	289,1	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (115/5)	120	106,38
54-11г-20, ТК	3,84	6,24	23,76	167	Пюре картофельное	180	23,15
ТК	3,17	2,78	15,95	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
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
	39,22	36,23	107,9	958,4	Итого	940	186,54
	72,34	57,95	199,47	1650,88	Всего Бюджет:	1580	279,78

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,3	6	7	90	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	100	16,51
110-04	2,06	5,27	13,01	108	Борщ с капустой и картофелем	250	12,36
ТК	22,95	14,54	5,2	289,1	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (115/5)	120	106,38
54-11г-20, ТК	3,84	6,24	23,76	167	Пюре картофельное	180	23,15
ТК	3,17	2,78	15,95	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
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
	39,22	36,23	107,9	958,4	Итого	940	186,54

(старшие классы) Поддник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
440-17	13,08	6,06	38,68	300	Булочка творожная	100	22,67
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
	14,38	6,46	66,66	423,3	Итого	380	44,72
	53,60	42,69	174,58	1381,70	Всего Бюджет:	1320	231,26

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 №74

МЕНЮ

16.12.2022

Школа №74



I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,64	0,08	1,36	8	Огурцы соленые	80	13,32
ТК	16	10,2	6,71	206	Гратен из печени	90	39,26
205-17	5,17	5,99	28,5	188,4	Макароны отварные с овощами	150	6,19
389-17,	0,9	0	18,2	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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
	26	17	79	592	Итого	550	75,19

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,78	3,6	4,2	54	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	60	9,90
110-04	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ с капустой и картофелем	200	10,12
ТК	18,2	11,5	4,12	228,9	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (90/5)	95	84,34
204-04	3,2	8,4	26,1	181	Картофель отварной с луком	150	24,32
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	14,95
ТК	0,44	0,44	11,8	47,5	Напиток витаминизированный	200	10,78
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
	44	29	100	795	Итого	875	160,42
	70	46	179	1387,07	Всего Бюджет:	1425	235,61

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,78	3,6	4,2	54	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	60	9,90
110-04	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ с капустой и картофелем	200	10,12
ТК	18,2	11,5	4,12	228,9	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (90/5)	95	84,34
204-04	3,2	8,4	26,1	181	Картофель отварной с луком	150	24,32
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	14,95
ТК	0,44	0,44	11,8	47,5	Напиток витаминизированный	200	10,78
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
	44	29	100	795	Итого	875	160,42

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	11,9	16,4	41,6	183	Бутерброд с сыром	60	29,88
382-17	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	16	20	67,2	337	Итого	340	52,69
	60	49	167	1131,65	Всего Бюджет:	1215	213,11

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
 Режим работы: с 9-00 до 16-00



МЕНЮ

16.12.2022

Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,64	0,08	1,36	8	Огурцы соленые	80	13,32
ТК	16	10	6,71	206	Гратен из печени	90	39,26
205-17	5,17	5,99	29	188,4	Макароны отварные с овощами	150	6,19
389-17,	0,9	0	18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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
	26	17	79	592	Итого	550	75,19

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,78	3,6	4,2	54	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	60	9,90
110-04	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ с капустой и картофелем	200	10,12
ТК	18	12	4,12	228,9	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (90/5)	95	84,34
204-04	3,2	8,4	26,1	181	Картофель отварной с луком	150	24,32
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	14,95
ТК	0,44	0,44	12	47,5	Напиток витаминизированный	200	10,78
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
	44	29	100	795	Итого	875	160,42

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



М Е Ж Ю

16.12.2022

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшеклассников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
	8,00	2,6	1,6	61,15	Рыба жареная	50	37,59
54-11г- 20, ТК	3,2	5,2	19,8	139	Пюре картофельное	150	19,30
ТТК	2,2	6,19	2,88	76	Салат из пекинской капусты с маслом растительным, зеленью	100	11,37
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	32	2,61
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
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	14,95
	17,23	14,79	68,23	469,63	Итого:	652	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	33,22	15,65	16,55	217	Шницель из мяса птицы с сыром, зеленью	75	45,97
149	5,04	6,12	30,24	196,20	Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным	180	10,93
ТК	0,51	0,09	1,74	10,08	Помидоры свежие	55	11,37
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	32	2,60
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
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	14,95
	42,6	22,66	92,53	616,96	Итого:	662	92,00

№ 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
205-17	5,17	5,99	29	188,4	Макаронные отварные с овощами	150	6,18
ТК	0,56	0,07	1,19	7	Огурцы соленые	70	11,37
ТК	0,7	0,2	5	23,9	Хлеб пшеничный	12	0,98
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
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	14,95
	29,48	19,99	72,66	586,7	Итого:	672	92,00

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.