



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

22.12.2022

Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,71	0,11	2,92	21,96	Капуста квашенная	90	15,44
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	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
	14,7	16	98	543	Итого	590	102,83

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,91	2,3	5,9	54	Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью	60	11,03
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	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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
	31,1	37	88	797	Итого	820	124,65

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

22.12.2022

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшеклассников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	32,85	15,9	2,8	150	Отбивная из филе ЦБ	75	47,62
302-17	3,19	2,96	21	163	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	100	10,15
ТК	0,4	0,05	0,85	5	Огурцы соленые	50	8,33
ТК	1,75	0,50	12,50	59,75	Хлеб пшеничный	26	2,10
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	0,89	0,06	33	154,6	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	11,69
	40,98	22,23	91,33	651,28	Итого:	491	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
443-04, ТК	15,12	14,84	26,41	245	Плов из говядины (40/100)	140	56,61
ТТК	1,25	3,6	1,68	44,3	Салат из пекинской капусты с зеленым горошком, маслом растительным, зеленью	50	8,33
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	41	3,26
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	0,89	0,06	33	154,6	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	11,69
	21,96	22,1	103	658,9	Итого:	471	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	8,4	15,45	28	215	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	57,92
ТК	0,4	0,05	0,85	5	Огурцы соленые	50	8,33
ТК	1,75	0,50	12,50	59,75	Хлеб пшеничный	24	1,95
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТК	0,89	0,06	33	154,6	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	11,69
	13,34	18,86	95,95	553,75	Итого:	464	92,00

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.



МЕНЮ

22.12.2022

Школа №74

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,71	0,11	2,92	21,96	Капуста квашенная	90	15,44
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	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
	14,7	16	98	543	Итого	590	102,83

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,91	2,3	5,9	54	Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью	60	11,03
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	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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
	31,1	37	88	797	Итого	820	124,65
	45,8	53	186	1339,83	Всего Бюджет:	1410	227,48

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,91	2,3	5,9	54	Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью	60	11,03
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	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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
	31,1	37	88	797	Итого	820	124,65

(младшие классы) Подзник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
420-17	12	10,4	33,2	274	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	39,71
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
	13	10,4	53,4	358,8	Итого	300	53,21
	44	47	142	1155,37	Всего Бюджет:	1120	177,86

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством



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



МЕНЮ

22.12.2022

Школа №74

ОВЗ и инвалиды, Дети семей из числа мобилизованных,
 Льготники Бюджет (старшие классы) Завтрак

I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	2,36	0,16	4,08	30,4	Капуста квашенная	120	20,59
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	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	9,06
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
	20,45	24,72	125,5	699	Итого	620	123,16

ОВЗ и инвалиды Бюджет (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	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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	52,53	95,64	952,9	Итого	900	150,94
	61,98	77,25	221,17	1651,87	Всего Бюджет:	1520	274,10

ОВЗ и инвалиды, Дети семей из числа мобилизованных,
 Льготники 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	0,4	9,8	47	Груша свежая порционная	100	18,00
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	52,53	95,64	952,9	Итого	900	150,94

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
420-17	11,99	10,41	33,17	274	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	39,71
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	13,39	10,81	63,17	405,8	Итого	400	63,11
	54,92	63,34	158,81	1358,70	Всего Бюджет:	1300	214,05

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством

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

