



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



# МЕНЮ

23.12.2022

## Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,92	0,17	3,17	18,33	Помидоры свежие	100	19,89
ТК	18	12	4,12	228,9	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (90/5)	95	84,34
54-11г- 20, ТК	3,41	5,55	21	149	Пюре картофельное	160	20,58
389-17, ТК	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
	<b>26,7</b>	<b>18</b>	<b>71</b>	<b>586</b>	<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>141,23</b>

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
138-04	1,68	2,24	15	114,4	Суп картофельный с крупой рисовой	200	9,69
ТК	7,25	6,61	98	403	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5)	155	83,55
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	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>18,1</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

Утверждаю

Директор ОУ *Г. Ю. Качура*



# МЕНЮ

23.12.2022

## Школа №74

Комплексы свободного выбора для  
старшеклассников

№ 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	2,13	3,47	13,2	92,53	Пюре картофельное	100	12,86
ТТК	1,02	0,06	21,08	86,4	Салат из моркови с изюмом	80	9,95
ТК	3,50	1,00	25,00	119,50	Хлеб пшеничный	49	3,94
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
389- 07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
	<b>29,4</b>	<b>19,1</b>	<b>95,82</b>	<b>666,02</b>	<b>Итого:</b>	<b>574</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	3,30	1,20	21,40	122	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150	9,46
ТК	0,46	0,09	1,6	9,17	Помидоры свежие	50	9,95
ТК	1,75	0,50	12,50	59,75	Хлеб пшеничный	26	2,07
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
389- 07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
	<b>47,57</b>	<b>20,77</b>	<b>84,56</b>	<b>578,12</b>	<b>Итого:</b>	<b>536</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
366	10,25	5,35	4,80	109	Рыба (филе Горбуши) запеченная в томате с овощами (50/50)	100	40,16
54-11г- 20, ТК	3,84	6,24	24	167	Пюре картофельное	180	23,15
ТК	0,46	0,09	1,6	9,17	Помидоры свежие	50	9,95
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	42	3,38
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
389- 07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
	<b>19,55</b>	<b>12,68</b>	<b>79,36</b>	<b>507,85</b>	<b>Итого:</b>	<b>592</b>	<b>92,00</b>

Ген. директор  
Директор по производству и 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

**МЕНЮ**

23.12.2022

**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.
ТК	1,02	0,18	3,48	20,16	Помидоры свежие	110	21,88
ТК	17,81	15,8	4,83	268,4	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (110/5)	115	101,97
54-11р-20, ТК	3,84	6,24	23,76	167	Пюре картофельное	180	23,15
ТК	0,9	0	18,18	76,32	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>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (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	143,4	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, 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.
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	143,4	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>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
743-04	15,57	10,72	29,97	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	9,8	38	Мандарин	100	14,95
	<b>16,1</b>	<b>35,22</b>	<b>39,81</b>	<b>405</b>	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>57,04</b>
	<b>34,72</b>	<b>48,39</b>	<b>253,84</b>	<b>1336,06</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1250</b>	<b>199,80</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством

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





**М Е Ж О**

23.12.2022

**Школа №74**



**ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак**

№ 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
ТК	18,2	11,5	4,12	228,9	Рыба, запеченная (филе горбуши) с маслом сливочным (90/5)	95	84,34
54-11г-20, ТК	3,41	5,55	21,1	149	Пюре картофельное	160	20,58
389-17, ТК	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
	<b>26,7</b>	<b>18</b>	<b>71</b>	<b>586</b>	<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>141,23</b>

**(младшие классы) Обед**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
138-04	1,68	2,24	15,3	114,4	Суп картофельный с крупой рисовой	200	9,69
ТК	7,25	6,61	97,7	403	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5)	155	83,55
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	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>18,1</b>	<b>16</b>	<b>162</b>	<b>816</b>	<b>Итого</b>	<b>735</b>	<b>129,87</b>
	<b>44,8</b>	<b>34</b>	<b>233</b>	<b>1402,09</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1320</b>	<b>271,10</b>

**ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед**

**II смена**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
138-04	1,68	2,24	15,3	114,4	Суп картофельный с крупой рисовой	200	9,69
ТК	7,25	6,61	97,7	403	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5)	155	83,55
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	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>18,1</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	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
406-17	6,03	7,6	36,9	240	Пирожок печеный с картофелем	100	18,63
342-17, ТК	0,16	0,16	27,8	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>1161,15</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1035</b>	<b>169,14</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством



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