



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

Утверждаю
Директор ОУ



М Е Ж Ю

11.01.2023

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшеклассников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-07	5,8	7,38	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	24	20,63
ТТК	22	5,76	41	308	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным (200/10)	210	44,42
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
ТК	1,75	0,50	12,50	59,75	Хлеб пшеничный	25	2,05
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	32,31	13,96	87,18	598,37	Итого:	589	92,00

№	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,19	0,04	0,64	3,67	Помидоры свежие	20	5,04
ТТК	31,58	5,03	2,25	129,6	Птица запеченная (голень ЦБ)	90	48,63
518-04	2	5,1	15,9	121	Картофель отварной	100	13,14
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
ТК	1,05	0,3	7,5	35,85	Хлеб пшеничный	15	1,22
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	36,49	10,69	55,09	410,12	Итого:	545	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
	5,8	7,38	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	24	20,63
	8,16	9,65	15,82	211,8	Пудинг из творога со сметаной (100/5)	105	45,02
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	29	2,38
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	17,73	17,85	59,62	493,5	Итого:	478	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
 Режим работы: с 9-00 до 16-00



МЕНЮ

11.01.2023

Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
362-04	12	14	22,6	302,5	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	63,90
386-17, ТК	4,68	4,5	19,8	138,6	"Снежок"	180	24,74
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	25	25	76,2	665	Итого	500	129,74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,66	0,12	2,28	13,2	Помидоры свежие	60	14,64
139-04	4,96	4,48	18	133,6	Суп картофельный с горохом	200	10,60
235-17	13	15	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3	7,65	24	181,5	Картофель отварной	150	19,03
ТК	3,67	3,19	16	107	Какао с молоком	180	12,91
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	31	106	848	Итого	775	116,81

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством

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





МЕНЮ

11.01.2023

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.
015-17	2,32	2,95	0	36	Сыр порционно (твердых сортов)	10	9,08
362-04	16,6	19,7	32,27	402,3	Пудинг из творога со сметаной (200/5)	205	88,59
386-17, ТК	5,2	5	22	154	"Снежок"	200	27,53
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	28,42	28,95	92,57	765	Итого	575	149,90

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
139-04	6,2	5,6	22,3	167	Суп картофельный с горохом	250	12,92
235-17	13,02	14,51	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3,6	9,18	28,62	217,8	Картофель отварной	180	22,56
ТК	4,08	3,54	17,58	119	Какао с молоком	200	14,35
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	3,5	1	25	119,5	Хлеб пшеничный	50	4,02
ТК	3	0,5	22,5	105	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,65
	33,8	34,73	133,8	1005	Итого	935	121,22
	62,22	63,68	226,35	1770,19	Всего Бюджет:	1510	271,12

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.
139-04	6,2	5,6	22,3	167	Суп картофельный с горохом	250	12,92
235-17	13,02	14,51	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3,6	9,18	28,62	217,8	Картофель отварной	180	22,56
ТК	4,08	3,54	17,58	119	Какао с молоком	200	14,35
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	3,5	1	25	119,5	Хлеб пшеничный	50	4,02
ТК	3	0,5	22,5	105	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,65
	33,8	34,73	133,8	1005	Итого	935	121,22

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
410-17	12,3	7,31	38,9	269	Ватрушка с творогом	100	34,68
386-17, ТК	6,5	6,25	27,5	192,5	"Снежок"	250	34,31
	18,8	13,56	66,4	461,8	Итого	350	68,99
	52,60	48,29	200,18	1467,02	Всего Бюджет:	1285	190,21

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством

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





МЕНЮ

11.01.2023

Школа №74



ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

I 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
362-04	11,7	13,8	22,6	302,5	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	63,90
386-17, ТК	4,68	4,5	19,8	138,6	"Снежок"	180	24,74
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	25	25	76,2	665	Итого	500	129,74

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,66	0,12	2,28	13,2	Помидоры свежие	60	14,64
139-04	4,96	4,48	17,8	133,6	Суп картофельный с горохом	200	10,60
235-17	13	14,5	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3	7,65	23,9	181,5	Картофель отварной	150	19,03
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
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	31	106	848	Итого	775	116,81
	55	57	182	1512,6	Всего Бюджет:	1275	246,55

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,66	0,12	2,28	13,2	Помидоры свежие	60	14,64
139-04	4,96	4,48	17,8	133,6	Суп картофельный с горохом	200	10,60
235-17	13	14,5	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3	7,65	23,9	181,5	Картофель отварной	150	19,03
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
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	31	106	848	Итого	775	116,81

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
410-17	12,3	7,31	38,9	269	Ватрушка с творогом	100	34,68
386-17, ТК	5,2	5	22	154	"Снежок"	200	27,53
	18,1	12,3	46,9	369,3	Итого	300	62,21
	49	44	153	1217,13	Всего Бюджет:	1075	179,02

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.