



# М Е Ж О

17.01.2023

## Школа №74

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

### I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,9	0,12	3,24	24,4	Капуста квашенная	100	17,16
210-03, ТК	13,4	7,36	15,3	169,7	Рагу из филе птицы (50/100)	150	46,55
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1,25	6	12,5	109	Конфета «Ломтишка» в пром/упаковке (1 шт.)	25	14,90
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>23,5</b>	<b>17,5</b>	<b>70,9</b>	<b>523,8</b>	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>95,79</b>

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,55	0,1	1,9	11	Помидоры свежие	60	14,64
93-18	1,26	3,50	5,00	56,60	Борщ со свежей капустой	200	5,98
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	67,79
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
ТК	0,67	5,21	8,62	82,35	Шоколад «15 г золота» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,66
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	<b>24,5</b>	<b>26,1</b>	<b>111</b>	<b>708</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>805</b>	<b>134,63</b>
	<b>48</b>	<b>44</b>	<b>181</b>	<b>1231,75</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1310</b>	<b>230,42</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

### II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,55	0,1	1,9	11	Помидоры свежие	60	14,64
93-18	1,26	3,50	5,00	56,60	Борщ со свежей капустой	200	5,98
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	67,79
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
ТК	0,67	5,21	8,62	82,35	Шоколад «15 г золота» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,66
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	<b>24,5</b>	<b>26,1</b>	<b>111</b>	<b>708</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>805</b>	<b>134,63</b>

(младшие классы) Поддник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	12	10,4	33,2	233,9	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	33,77
ТК	0,07	0,02	20	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,67	5,21	8,62	82,35	Шоколад «15 г золота» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,66
	<b>12,7</b>	<b>15,6</b>	<b>61,8</b>	<b>356,2</b>	<b>Итого</b>	<b>315</b>	<b>46,95</b>
	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>172</b>	<b>1064,18</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1120</b>	<b>181,58</b>

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством



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



# МЕНЮ

17.01.2023

## 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.
ТТК	1,9	0,12	3,24	24,4	Капуста квашенная	100	17,16
210-03, ТК	17,87	9,81	20,4	226,3	Рагу из филе птицы (100/100)	200	81,11
ТК	3,67	3,19	15,82	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1,2	3,6	13,8	92	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	7,76
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
	<b>29,94</b>	<b>18,02</b>	<b>91,76</b>	<b>632,2</b>	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>125,75</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ 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	24,48
93-18	1,58	4,38	6,25	70,75	Борщ из свежей капусты	250	7,12
443-04, ТК	21,6	21,2	37,73	350	Плов из говядины	200	123,10
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
ТК	1,34	10,42	17,24	164,7	Шоколад «15 г золота» в пром/упаковке (2 шт.)	30	19,32
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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>32,54</b>	<b>37,87</b>	<b>140,7</b>	<b>944,2</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>980</b>	<b>212,31</b>
	<b>62,48</b>	<b>55,89</b>	<b>232,45</b>	<b>1576,35</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1560</b>	<b>338,06</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.
ТК	0,92	0,17	3,17	18,33	Помидоры свежие	100	24,48
93-18	1,58	4,38	6,25	70,75	Борщ из свежей капусты	250	7,12
443-04, ТК	21,6	21,2	37,73	350	Плов из говядины	200	123,10
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
ТК	1,34	10,42	17,24	164,7	Шоколад «15 г золота» в пром/упаковке (2 шт.)	30	19,32
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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>32,54</b>	<b>37,87</b>	<b>140,7</b>	<b>944,2</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>980</b>	<b>212,31</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
406-17	9,05	11,4	55,35	360	Пирожок печеный с картофелем	150	30,84
ТК	0,07	0,02	20	40	Чай с сахаром	200	3,52
	<b>9,12</b>	<b>11,42</b>	<b>75,35</b>	<b>400</b>	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>34,36</b>
	<b>41,66</b>	<b>49,29</b>	<b>216,04</b>	<b>1344,18</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1330</b>	<b>246,67</b>

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

17.01.2023

## Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,9	0,12	3,24	24,4	Капуста квашенная	100	17,16
210-03, ТК	13,4	7,36	15,3	169,7	Рагу из филе птицы (50/100)	150	46,55
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1,25	6	12,5	109	Конфета «Ломтишка» в пром/упаковке (1 шт.)	25	14,90
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>23,5</b>	<b>17,5</b>	<b>70,9</b>	<b>523,8</b>	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>95,79</b>

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,55	0,1	1,9	11	Помидоры свежие	60	14,64
93-18	1,26	3,50	5,00	56,60	Борщ со свежей капустой	200	5,98
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	67,79
ТК	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежезамороженных	200	10,25
ТК	0,67	5,21	8,62	82,35	Шоколад «15 г золота» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,66
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	<b>24,5</b>	<b>26,1</b>	<b>111</b>	<b>708</b>	<b>ИТОГО</b>	<b>805</b>	<b>134,63</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



# МЕНЮ

17.01.2023

## Школа №74

Комплексы свободного выбора для  
старшекласников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,4	0,05	0,85	5	Огурцы соленые	50	8,33
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины (50/100)	150	67,79
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	1,2	3,6	13,8	92	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	7,76
ТК	2,45	0,7	17,5	83,65	Хлеб пшеничный	34	2,74
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	<b>21,52</b>	<b>20,47</b>	<b>79,45</b>	<b>525,15</b>	<b>Итого:</b>	<b>474</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,4	0,05	0,85	5	Огурцы соленые	50	8,33
ТТК	8,37	9,12	10,80	169	Тефтели из мяса птицы (120/30)	150	46,04
518-04	3,6	9,18	29	217,8	Картофель отварной	180	22,56
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	1,2	3,6	13,8	92	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	7,76
ТК	1,75	0,50	12,50	59,75	Хлеб пшеничный	24	1,93
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	<b>16,59</b>	<b>22,67</b>	<b>85,57</b>	<b>625,3</b>	<b>Итого:</b>	<b>644</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,65	2,5	4	42	Салат из квашенной капусты с маслом растительным, зеленью	50	8,33
210-03, ТК	16,08	8,83	18,36	203,4	Рагу из филе птицы (80/100)	180	67,29
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	1,2	3,6	13,8	92	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	7,76
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	40	3,24
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	<b>22</b>	<b>15,95</b>	<b>75,16</b>	<b>515</b>	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>92,00</b>

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством



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