



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь» Утверждаю
ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02 Директор ОУ №74
Режим работы: с 9-00 до 16-00



МЕЖО

18.01.2023

Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
234-17, ТК	14,8	13,9	11,8	164	Котлета рыбная (филе минтая)	100	37,29
518-04	3	7,65	23,9	181,5	Картофель отварной	150	19,03
389-17, ТК	0,9	0	18,2	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
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
	22,4	22,4	87,6	573,5	Итого	580	91,33

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,18	0,08	2,04	15,2	Капуста квашенная	60	10,30
147-04	1,91	4,06	10,4	96,8	Суп с макаронными изделиями	200	7,40
ТК	14,7	5,57	3,1	219,5	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	53,00
302-17	4,79	4,44	30,9	243,8	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	15,22
ТК	0,07	0,02	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,62
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
	27,9	15,5	94,9	799,8	ИТОГО	785	97,35

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



МЕНЮ

18.01.2023

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшекласников

№ Рецепту ры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	22	5,8	41	308	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным (200/5)	205	39,92
015-07	5,8	7,4	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	25	21,45
389-07, ТК	1	0	20	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	3,85	1,10	27,50	131,45	Хлеб пшеничный	55	4,44
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	35,3	14,9	112	723,9	Итого:	615	92,00

№ Рецепту ры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1	0,1	1,7	12,9	Капуста квашенная	50	8,33
ТТК	31,58	5,03	2,25	129,6	Птица запеченная (голень ЦБ)	90	48,63
520	3,7	3,3	23	141	Макаронны отварные с маслом сливочным	100	5,81
389-07, ТК	1	0	20	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	38	3,04
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	42,2	9,92	90,7	573,9	Итого:	608	92,00

№ Рецепту ры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,4	0,1	0,9	5	Огурцы соленые	50	8,33
234-17, ТК	14,8	13,9	11,8	164	Котлета рыбная (филе минтая)	100	37,29
518-04	3	7,7	24	182	Картофель отварной	150	19,03
389-07, ТК	1	0	20	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	1,1	0,3	7,5	35,9	Хлеб пшеничный	14	1,16
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	22,5	22,6	87,5	581,2	Итого:	644	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»
ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02
Режим работы: с 8-40 до 16-40

Утверждаю
Директор ОУ *н 74*



М Е Ж О

18.01.2023

Школа №74

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
234-17, ТК	14,8	13,9	11,8	164	Котлета рыбная (филе минтая)	100	37,29
518-04	3	7,65	23,9	181,5	Картофель отварной	150	19,03
389-17, ТК	0,9	0	18,2	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
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
	22,4	22,4	87,6	573,5	Итого	580	91,33

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,18	0,08	2,04	15,2	Капуста квашенная	60	10,30
147-04	1,91	4,06	10,4	96,8	Суп с макаронными изделиями	200	7,40
ТК	14,7	5,57	3,1	219,5	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	53,00
302-17	4,79	4,44	30,9	243,8	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	15,22
ТК	0,07	0,02	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,62
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
	27,9	15,5	94,9	799,8	ИТОГО	785	97,35
	50	38	183	1373,27	Всего Бюджет:	1365	188,68

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,18	0,08	2,04	15,2	Капуста квашенная	60	10,30
147-04	1,91	4,06	10,4	96,8	Суп с макаронными изделиями	200	7,40
ТК	14,7	5,57	3,1	219,5	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	53,00
302-17	4,79	4,44	30,9	243,8	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	15,22
ТК	0,07	0,02	10	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,62
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
	27,9	15,5	94,9	799,8	ИТОГО	785	97,35

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
743-04	15,6	10,7	30	266,9	Расстегай с мясом (говядина)	100	31,46
389-17, ТК	0,9	0	18,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
	15,7	35,2	30	343,9	Итого	300	44,96
	44	51	125	1143,65	Всего Бюджет:	1085	142,31

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.



М Е Ж О

18.01.2023

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.
234-17, ТК	14,8	13,9	11,8	164	Котлета рыбная (филе минтая)	100	37,29
518-04	3,6	9,18	28,62	217,8	Картофель отварной	180	22,56
389-17, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
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
	25	24,38	106,9	678,62	Итого	640	97,40

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,4	4,1	3,3	57	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным, зеленью	100	24,38
147-04	2,39	5,08	13	121	Суп с макаронными изделиями	250	8,90
ТК	13,9	9,4	4,6	200,3	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	73,64
302-17	5,75	5,33	37,07	248,4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	18,27
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,62
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
	30,57	25,91	125,97	943,09	ИТОГО	1050	148,25
	55,57	50,29	232,87	1621,71	Всего Бюджет:	1690	245,65

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.
ТТК	1,4	4,1	3,3	57	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным, зеленью	100	24,38
147-04	2,39	5,08	13	121	Суп с макаронными изделиями	250	8,90
ТК	13,9	9,4	4,6	200,3	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	73,64
302-17	5,75	5,33	37,07	248,4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	18,27
ТК	0,13	0	10,2	42	Чай с сахаром и лимоном	200	4,62
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
	30,57	25,91	125,97	943,09	ИТОГО	1050	148,25

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	11,99	10,41	33,17	233,9	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	33,77
389-17, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
ТК	0,67	5,21	8,62	82,35	Шоколад «15 грамм золота» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,66
	13,96	15,62	69,77	430,55	Итого	395	75,08
	44,53	41,53	195,74	1373,64	Всего Бюджет:	1445	223,33

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством



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