



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

19.01.2023

Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,4	0,1	1	6	Огурцы свежие	60	12,81
347-18	15	12	13	243	Котлеты "Школьные" (из говядины и птицы) с маслом сливочным (100/5)	105	50,50
ТК	6	1,1	42	188	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	150	5,60
ТК	0,1	0	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
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
	24	14	90	590	Итого	565	76,70

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-07	5,8	7,4	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	25	21,45
137-04	11	6,2	0,6	124	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	24,83
362-04	12	15	24	323	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	68,99
ТК	3,2	2,8	16	101	Кофейный напиток	200	20,40
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	1,8	0,3	14	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	37	33	84	843	Итого	780	151,58

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

19.01.2023

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшеклассников

№ Рецепту ры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,8	3	4,8	50,4	Салат из квашенной капусты с маслом растительным, зеленью	60	10,21
ТК	30,66	14,8	2,6	140	Отбивная из филе ЦБ	70	44,21
149	3,30	1,20	21,40	122	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150	9,46
ТК	0,1	0	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	29	2,31
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	39,1	19,9	77,1	525,1	Итого:	639	92,00

№ Рецепту ры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,3	0	0,7	4,5	Огурцы свежие	45	10,21
347-18	9,8	7,8	8,5	161,7	Котлета "Школьная" (из говядины и птицы)	70	31,84
241/21	3,67	3,07	34,30	177,14	Рис отварной с овощами с маслом сливочным	150	21,16
ТК	0,1	0	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
ТК	2,5	0,7	18	83,7	Хлеб пшеничный	37	2,98
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	18,5	11,9	94,3	568	Итого:	632	92,00

№ Рецепту ры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,6	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
362-04	8,2	9,7	15,82	211,8	Пудинг из творога со сметаной (100/5)	105	45,02
ТК	0,1	0	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
ТК	3,50	1,00	25,00	119,50	Хлеб пшеничный	48	3,84
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	18,6	16,9	74,1	544,3	Итого:	503	92,00

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.



МЕНЮ

19.01.2023

Школа №74

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,35	0,05	0,95	6	Огурцы свежие	60	12,81
347-18	14,7	11,7	12,7	243	Котлеты "Школьные" (из говядины и птицы) с маслом сливочным (100/5)	105	50,50
ТК	6	1,05	42	187,5	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	150	5,60
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,52
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
	24	14	90	590	Итого	565	76,70

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-07	5,8	7,38	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	25	21,45
137-04	10,8	6,2	0,6	124	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	24,83
362-04	12,4	14,7	24,1	323	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	68,99
ТК	3,17	2,78	16	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
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	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	37	33	84	843	Итого	780	151,58
	62	46	174	1433,25	Всего Бюджет:	1345	228,28

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-07	5,8	7,38	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	25	21,45
137-04	10,8	6,2	0,6	124	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	24,83
362-04	12,4	14,7	24,1	323	Пудинг из творога со сметаной (155/5)	160	68,99
ТК	3,17	2,78	16	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
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	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	37	33	84	843	Итого	780	151,58

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
406-17	15,6	10,7	30	280	Пирожок печеный с печенью	100	41,01
	0,1	0,1	18,5	75	Кисель из ягод свежемороженых	200	10,25
	16,5	10,7	48,2	364,8	Итого	300	51,26
	54	43	132	1207,85	Всего Бюджет:	1080	202,84

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



МЕНЮ

19.01.2023

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.
347-18	14,7	11,66	12,7	243	Котлеты "Школьные" (из говядины и птицы) с маслом сливочным (100/5)	105	50,50
ТК	7,2	1,26	50,4	225	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	180	6,44
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	30	2,41
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	26,27	13,84	111,4	680,7	Итого	645	84,25

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-07	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
137-04	16,2	9,3	0,9	176	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	38,23
362-04	15,89	18,01	30,88	406	Пудинг из творога со сметаной	200	84,21
389-17, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	43,93	35,01	102,8	981,2	Итого	840	169,56
	70,20	48,85	214,16	1661,91	Всего Бюджет:	1485	253,81

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.
015-07	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
137-04	16,2	9,3	0,9	176	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/50)	250	38,23
362-04	15,89	18,01	30,88	406	Пудинг из творога со сметаной	200	84,21
389-17, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	43,93	35,01	102,8	981,2	Итого	840	169,56

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
406-17	15,57	10,72	29,97	280	Пирожок печеный с печенью	100	41,01
ТТК	0,31	0,08	24,20	98,80	Компот из ягод свежемороженых	200	10,64
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
	16,28	10,8	63,97	416,8	Итого	400	70,24
	60,21	45,81	166,73	1398,01	Всего Бюджет:	1240	239,80

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством

Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.

