



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

23.01.2023

Школа №74

Комплексы свободного выбора для
старшеклассников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,1	3,1	1,44	38	Салат из пекинской капусты с маслом растительным, зеленью	50	5,72
ТТК	28,10	4,47	2,00	115,2	Птица запеченная (бедро ЦБ)	80	42,00
302-17	3,19	2,96	21	163	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	100	10,15
ТК	3,17	2,78	16	100,6	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	1,75	0,50	12,50	59,75	Хлеб пшеничный	24	1,97
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	38,91	14,41	71,28	565,08	Итого:	574	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,46	1,75	2,8	29,4	Салат из квашенной капусты с маслом растительным, зеленью	35	5,72
ТК	5,11	5,32	22,27	163,8	Наггетсы куриные	70	43,88
520	3,65	3,32	23	141	Макароны отварные с маслом сливочным	100	5,81
ТК	3,17	2,78	16	100,6	Кофейный напиток	200	20,40
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	4,43
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	17,84	14,87	111	655,25	Итого:	580	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	8,82	11,21	0	136,8	Сыр порционно (твердых сортов)	38	32,18
173-17, 174-17, 175-17	8,23	11	42,2	298	Каша вязкая молочная из крупы рисовой с маслом сливочным (190/10)	200	23,22
ТК	3,17	2,78	16	100,6	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
ТК	3,15	0,90	22,50	107,55	Хлеб пшеничный	44	3,51
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	25,57	26,12	104	752,95	Итого:	612	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 9-00 до 16-00

Утверждаю

Директор ОУ



МЕНЮ

23.01.2023

Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
173-17, 174-17, 175-17	8,23	11	42,2	298	Каша вязкая молочная из крупы рисовой с маслом сливочным (190/10)	200	23,22
ТК	3,17	2,78	16	100,6	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
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
	15,1	15	92	559	Итого	550	57,79

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,76	0,05	15,81	65	Салат из моркови с изюмом	60	7,79
110-04	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ с капустой и картофелем	200	10,39
ТК	7,3	7,6	31,82	234	Наггетсы куриные	100	62,68
205-17	5,17	5,99	29	188,4	Макароны отварные с овощами	150	6,00
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,17
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	34,8	19	140	810	Итого	880	115,54

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством

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





МЕНЮ

23.01.2023

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	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
173-17, 174-17, 175-17	8,23	10,53	42,2	298	Каша вязкая молочная из крупы рисовой с маслом сливочным (190/10)	200	23,22
ТК	3,17	2,78	15,95	100,6	Кофейный напиток	200	20,40
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	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	21,74	20,91	106,5	700,1	Итого	600	77,66

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
110-04	2,06	5,27	13,01	108	Борщ с капустой и картофелем	250	12,65
ТК	7,3	7,6	31,82	234	Наггетсы куриные	100	62,68
205-17	6,2	7,19	34,22	226	Макаронные отварные с овощами	180	6,71
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,17
406-17	11,68	8,04	22,48	143,4	Пирожок печеный с печенью	75	27,80
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	40	3,22
ТК	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	32,51	29,32	149,5	930,9	Итого	885	119,95
	54,25	50,23	255,98	1631,01	Всего Бюджет:	1485	197,61

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.
110-04	2,06	5,27	13,01	108	Борщ с капустой и картофелем	250	12,65
ТК	7,3	7,6	31,82	234	Наггетсы куриные	100	62,68
205-17	6,2	7,19	34,22	226	Макаронные отварные с овощами	180	6,71
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,17
406-17	11,68	8,04	22,48	143,4	Пирожок печеный с печенью	75	27,80
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	40	3,22
ТК	2,4	0,4	18	84	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,72
	32,51	29,32	149,5	930,9	Итого	885	119,95

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
742-04	9,05	8,75	46,85	324	Кулебяка с капустой (2/75)	150	26,24
ТК	3,16	2,7	15,95	100,6	Кофейный напиток с молоком	200	20,40
	12,21	11,45	62,8	424,9	Итого	350	46,64
	44,72	40,77	212,33	1355,80	Всего Бюджет:	1235	166,59

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

23.01.2023

Школа №74

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
173-17, 174-17, 175-17	8,23	10,5	42,2	298	Каша вязкая молочная из крупы рисовой с маслом сливочным (190/10)	200	23,22
ТК	3,17	2,78	16	100,6	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
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
	15,1	15	92	559	Итого	550	57,79

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,76	0,05	15,81	65	Салат из моркови с изюмом	60	7,79
110-04	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ с капустой и картофелем	200	10,39
ТК	7,3	7,6	31,82	234	Наггетсы куриные	100	62,68
205-17	5,17	5,99	28,5	188,4	Макароны отварные с овощами	150	6,00
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,17
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	34,8	19	140	810	Итого	880	115,54
	49,9	34	232	1369,53	Всего Бюджет:	1430	173,33

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,76	0,05	15,81	65	Салат из моркови с изюмом	60	7,79
110-04	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ с капустой и картофелем	200	10,39
ТК	7,3	7,6	31,82	234	Наггетсы куриные	100	62,68
205-17	5,17	5,99	28,5	188,4	Макароны отварные с овощами	150	6,00
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,17
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	34,8	19	140	810	Итого	880	115,54

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
742-04	6,03	5,83	31,2	203	Кулебяка с капустой	100	17,48
ТК	3,16	2,7	16	100,6	Кофейный напиток с молоком	200	20,40
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	9,59	8,93	57	350,5	Итого	400	47,78
	44	28	197	1160,69	Всего Бюджет:	1280	163,32

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством



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