



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

26.01.2023

Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,71	0,11	2,92	21,96	Капуста квашенная	90	15,44
ТК	8,4	15	28	215	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	58,57
ТК	0,89	0,06	33	154,6	Кисель из плодов	200	10,25
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
	14,7	17	98	552	Итого	590	98,43

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,78	3,6	4,2	54	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	60	10,38
111-04	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,38
ТК	18,2	26,8	5,2	318	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	58,00
ТК	3,17	2,78	16	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
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
	31	38	86	788	Итого	820	125,56

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством

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





МЕЖО

26.01.2023

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
ТК	32,85	15,9	2,8	150	Отбивная из филе ЦБ	75	47,38
302-17	3,19	2,96	21	163	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	100	10,15
ТК	0,89	0,06	32,75	122	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	11,69
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	29	2,34
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	41,33	22,33	93,83	630,63	Итого:	494	92,00

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,25	3,6	1,68	44,3	Салат из пекинской капусты с зеленым горошком, маслом растительным, зеленью	50	8,33
443-04, ТК	15,12	14,84	26,41	245	Плов из говядины (40/100)	140	56,76
ТК	0,89	0,06	32,75	122	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	11,69
ТК	2,8	0,8	20	95,6	Хлеб пшеничный	39	3,11
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	21,96	22,1	103	626,3	Итого:	469	92,00

№ 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
ТК	8,4	15,45	28,05	215	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	58,57
ТК	0,89	0,06	32,75	122	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Тортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	11,69
ТК	1,05	0,3	7,5	35,85	Хлеб пшеничный	16	1,30
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	12,64	18,66	90,95	497,25	Итого:	456	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



МЕНЮ

26.01.2023

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	2,36	0,16	4,08	30,4	Капуста квашенная	120	20,59
ТК	11,2	20,6	37,4	287	Вок "Курица с овощами"	200	77,38
ТК	0,89	0,06	32,75	122	Кисель из плодов	200	10,25
ТК	0,7	2,6	12,8	77,4	Вафли «Гортимилка» в пром/упаковке (1 шт.)	20	11,69
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
	20,45	24,72	125,5	699	Итого	620	126,72

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	6,96	8,85	0	108	Сыр порционно (твердых сортов)	30	25,58
111-04	3,9	4,3	16	118	Борщ сибирский	250	13,87
ТК	20,5	34,6	5,89	352	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	65,70
ТК	3,17	2,78	15,95	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
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
	41,53	52,13	95,64	943,9	Итого	900	152,68
	61,98	76,85	221,17	1642,87	Всего Бюджет:	1520	279,40

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.
015-17	6,96	8,85	0	108	Сыр порционно (твердых сортов)	30	25,58
111-04	3,9	4,3	16	118	Борщ сибирский	250	13,87
ТК	20,5	34,6	5,89	352	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	65,70
ТК	3,17	2,78	15,95	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
ТК	0,4	0	9,8	38	Мандарин	100	18,59
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
	41,53	52,13	95,64	943,9	Итого	900	152,68

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Подзник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
	11,99	10,41	33,17	274	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	39,59
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	13,39	10,81	63,17	405,8	Итого	400	62,99
	54,92	62,94	158,81	1349,70	Всего Бюджет:	1300	215,67

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



МЕНЮ

26.01.2023

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	1,71	0,11	2,92	21,96	Капуста квашенная	90	15,44
ТК	8,4	15,5	28,1	215	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	58,57
ТК	0,89	0,06	32,8	154,6	Кисель из плодов	200	10,25
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
	14,7	17	98	552	Итого	590	98,43

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,78	3,6	4,2	54	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	60	10,38
111-04	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,38
ТК	18,2	26,8	5,2	318	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	58,00
ТК	3,17	2,78	16	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
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
	31	38	86	788	Итого	820	125,56
	46	55	184	1339,83	Всего Бюджет:	1410	223,99

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,78	3,6	4,2	54	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	60	10,38
111-04	3,12	3,44	12,8	94,4	Борщ сибирский	200	11,38
ТК	18,2	26,8	5,2	318	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	58,00
ТК	3,17	2,78	16	100,5	Кофейный напиток	200	20,40
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
	31	38	86	788	Итого	820	125,56

(младшие классы) Подзник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
420-17	12	10,4	33,2	274	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	39,59
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
	13	10,4	53,4	358,8	Итого	300	53,09
	44	48	140	1146,37	Всего Бюджет:	1120	178,65

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством



Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.