



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»  
ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02  
Режим работы: с 9-00 до 16-00



# МЕНЮ

25.01.2023

## Школа №74

Комплексы свободного выбора для  
старшеклассников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-07	5,8	7,38	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	25	21,45
ТТК	22	5,76	41	308	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным (200/10)	210	44,42
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,17
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
ТК	1,4	0,4	10	47,8	Хлеб пшеничный	20	1,60
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	<b>31,36</b>	<b>13,76</b>	<b>80,18</b>	<b>565,42</b>	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,19	0,04	0,64	3,67	Помидоры свежие	20	5,04
ТТК	31,58	5,03	2,25	129,6	Птица запеченная (голень ЦБ)	90	48,63
518-04	2	5,1	15,9	121	Картофель отварной	100	13,14
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,17
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
ТК	1,05	0,3	7,5	35,85	Хлеб пшеничный	14	1,12
ТК	0,9	0,15	6,9	31,5	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,40
	<b>36,19</b>	<b>10,64</b>	<b>52,99</b>	<b>399,62</b>	<b>Итого:</b>	<b>539</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-07	5,8	7,38	0	90	Сыр порционно (твердых сортов)	25	21,45
362-04	8,16	9,65	15,82	211,8	Пудинг из творога со сметаной (100/5)	105	45,02
ТК	0,07	0,02	10	40	Чай с сахаром	200	3,17
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
ТК	0,7	0,2	5	23,9	Хлеб пшеничный	12	1,00
ТК	1,2	0,2	9	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
	<b>16,33</b>	<b>17,45</b>	<b>49,62</b>	<b>445,7</b>	<b>Итого:</b>	<b>462</b>	<b>92,00</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

25.01.2023

## Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
362-04	12	14	22,6	302,5	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	63,90
386-17, ТК	7,2	2,7	26	162	Йогурт	180	25,11
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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>27,2</b>	<b>24</b>	<b>82</b>	<b>688</b>	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>130,11</b>

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,66	0,12	2,28	13,2	Помидоры свежие	60	14,64
139-04	4,96	4,48	18	133,6	Суп картофельный с горохом	200	10,60
235-17	13	15	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3	7,65	24	181,5	Картофель отварной	150	19,03
ТК	3,67	3,19	16	107	Какао с молоком	180	12,91
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>31</b>	<b>31</b>	<b>106</b>	<b>848</b>	<b>Итого</b>	<b>775</b>	<b>116,81</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 8-40 до 16-40

Утверждаю  
Директор ОУ



# МЕНЮ

25.01.2023

## Школа №74

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

### I смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
015-17	4,64	5,9	0	72	Сыр порционно (твердых сортов)	20	17,33
362-04	11,7	13,8	22,6	302,5	Пудинг из творога со сметаной (140/10)	150	63,90
386-17, ТК	7,2	2,7	25,7	162	Йогурт	180	25,11
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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>27,2</b>	<b>24</b>	<b>82</b>	<b>688</b>	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>130,11</b>

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,66	0,12	2,28	13,2	Помидоры свежие	60	14,64
139-04	4,96	4,48	17,8	133,6	Суп картофельный с горохом	200	10,60
235-17	13	14,5	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3	7,65	23,9	181,5	Картофель отварной	150	19,03
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
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>31</b>	<b>31</b>	<b>106</b>	<b>848</b>	<b>Итого</b>	<b>775</b>	<b>116,81</b>
	<b>58</b>	<b>55</b>	<b>188</b>	<b>1536</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1275</b>	<b>246,92</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

### II смена

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,66	0,12	2,28	13,2	Помидоры свежие	60	14,64
139-04	4,96	4,48	17,8	133,6	Суп картофельный с горохом	200	10,60
235-17	13	14,5	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3	7,65	23,9	181,5	Картофель отварной	150	19,03
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
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>31</b>	<b>31</b>	<b>106</b>	<b>848</b>	<b>Итого</b>	<b>775</b>	<b>116,81</b>

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
410-17	12,3	7,31	38,9	269	Ватрушка с творогом	100	34,68
386-17, ТК	8	3	28,6	180	Йогурт	200	27,95
	<b>18,1</b>	<b>12,3</b>	<b>46,9</b>	<b>369,3</b>	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>62,63</b>
	<b>49</b>	<b>44</b>	<b>153</b>	<b>1217,13</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1075</b>	<b>179,44</b>

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством



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





**М Е Ж О**

25.01.2023

**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	2,32	2,95	0	36	Сыр порционно (твердых сортов)	10	9,08
362-04	16,6	19,7	32,27	402,3	Пудинг из творога со сметаной (200/5)	205	88,59
386-17, ТК	8	3	28,6	180	Йогурт	200	27,95
ТК	0,4	0,4	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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
	<b>31,22</b>	<b>26,95</b>	<b>99,17</b>	<b>791</b>	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>150,32</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
139-04	6,2	5,6	22,3	167	Суп картофельный с горохом	250	12,92
235-17	13,02	14,51	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3,6	9,18	28,62	217,8	Картофель отварной	180	22,56
ТК	4,08	3,54	17,58	119	Какао с молоком	200	14,35
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	3	0,5	22,5	105	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,65
	<b>33,8</b>	<b>34,73</b>	<b>133,8</b>	<b>1005</b>	<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>121,22</b>
	<b>65,02</b>	<b>61,68</b>	<b>232,95</b>	<b>1796,19</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1510</b>	<b>271,54</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.
139-04	6,2	5,6	22,3	167	Суп картофельный с горохом	250	12,92
235-17	13,02	14,51	7,98	230	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	52,82
518-04	3,6	9,18	28,62	217,8	Картофель отварной	180	22,56
ТК	4,08	3,54	17,58	119	Какао с молоком	200	14,35
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	3	0,5	22,5	105	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,65
	<b>33,8</b>	<b>34,73</b>	<b>133,8</b>	<b>1005</b>	<b>Итого</b>	<b>935</b>	<b>121,22</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
410-17	12,3	7,31	38,9	269	Ватрушка с творогом	100	34,68
386-17, ТК	10	3,75	35,75	225	Йогурт	250	34,83
	<b>22,3</b>	<b>11,06</b>	<b>74,65</b>	<b>494,3</b>	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>69,51</b>
	<b>56,10</b>	<b>45,79</b>	<b>208,43</b>	<b>1499,52</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1285</b>	<b>190,73</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством

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

