



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



# МЕНЮ

30.01.2023

## Школа №74

Комплексы свободного выбора для  
старшекласников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,32	3,71	1,73	45,6	Салат из пекинской капусты с маслом растительным, зеленью	60	6,86
ТТК	26,92	4,19	1,88	108	Птица запеченная (бедро ЦБ)	75	39,74
54-11г-20, ТК	2,13	3,47	13,2	92,53	Пюре картофельное	100	12,86
382-17	3,67	3,19	16	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	2,59	1,38	18,35	96,00	Блинчик с джемом (47/20)	67	15,66
ТК	1,05	0,3	7,5	35,85	Хлеб пшеничный	15	1,18
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	<b>39,48</b>	<b>16,54</b>	<b>71,98</b>	<b>547,98</b>	<b>Итого:</b>	<b>527</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,62	0,04	1,3	8	Горошек зеленый консервированный	20	6,86
284	19,63	34,45	3,83	414,2	Омлет натуральный	190	49,45
382-17	3,67	3,19	16	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	2,59	1,38	18,35	96,00	Блинчик с джемом (47/20)	67	15,66
ТК	3,85	1,10	27,50	131,45	Хлеб пшеничный	54	4,33
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	<b>32,16</b>	<b>40,46</b>	<b>80,3</b>	<b>819,65</b>	<b>Итого:</b>	<b>541</b>	<b>92,00</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	92,00	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,62	0,04	1,3	8	Горошек зеленый консервированный	20	6,86
268-17	10,5	15,4	9,11	195,1	Шницель говяжий	70	38,42
518-04	2	5,1	15,9	121	Картофель отварной	100	13,14
382-17	3,67	3,19	16	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	2,59	1,38	18,35	96,00	Блинчик с джемом (47/20)	67	15,66
ТК	2,1	0,6	15	71,7	Хлеб пшеничный	28	2,22
ТК	1,8	0,3	13,5	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
	<b>23,28</b>	<b>26,01</b>	<b>88,98</b>	<b>661,8</b>	<b>Итого:</b>	<b>495</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»  
ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02  
Режим работы: с 8-40 до 16-40



# М Е Ж О

30.01.2023

## 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	1,57	0,18	4,17	24,83	Помидоры свежие/горошек зеленый консервированный (70/30)	100	27,02
210-17	13,9	24,8	2,64	290	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	46,50
386-17, ТК	5,22	4,5	7,2	90	Кефир	180	17,28
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
	<b>24</b>	<b>31</b>	<b>47</b>	<b>584</b>	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>104,97</b>

(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
108-17	2,85	3,67	14,8	115,4	Суп картофельный с клецками	200	9,61
268-17	15	22	13	279	Шницель говяжий	100	54,89
54-11r-20, ТК	3,2	5,2	19,8	139	Пюре картофельное	150	19,30
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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>28</b>	<b>33</b>	<b>118</b>	<b>845</b>	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>133,91</b>
	<b>52</b>	<b>63</b>	<b>166</b>	<b>1429,46</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1470</b>	<b>238,88</b>

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
108-17	2,85	3,67	14,8	115,4	Суп картофельный с клецками	200	9,61
268-17	15	22	13	279	Шницель говяжий	100	54,89
54-11r-20, ТК	3,2	5,2	19,8	139	Пюре картофельное	150	19,30
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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>28</b>	<b>33</b>	<b>118</b>	<b>845</b>	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>133,91</b>

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
471-03	4,38	7,3	35	243	Булочка бриошь с изюмом	100	29,57
385-17	5,8	5	9,6	107	Молоко 2,5%	200	18,28
	<b>10</b>	<b>12,3</b>	<b>44,6</b>	<b>350</b>	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>47,85</b>
	<b>39</b>	<b>45</b>	<b>163</b>	<b>1195,35</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1190</b>	<b>181,76</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

30.01.2023

## Школа №74

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	1,57	0,18	4,17	24,83	Помидоры свежие/горошек зеленый консервированный (70/30)	100	27,02
210-17	14	25	2,64	290	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	46,50
386-17, ТК	5,22	4,5	7,2	90	Кефир	180	17,28
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
	<b>24</b>	<b>31</b>	<b>47</b>	<b>584</b>	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>104,97</b>

№ 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
108-17	2,85	3,67	15	115,4	Суп картофельный с клецками	200	9,61
268-17	15	22	13	279	Шницель говяжий	100	54,89
54-11г- 20, ТК	3,2	5,2	19,8	139	Пюре картофельное	150	19,30
389-07, ТК	1	0	20,2	84,8	Сок натуральный пром/производства	200	13,50
ТК	0,4	0	9,8	38	Апельсин свежий порционный	100	19,50
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>28</b>	<b>33</b>	<b>118</b>	<b>845</b>	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>133,91</b>

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством

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





# М Е Ж О

30.01.2023

## 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.
ТК	2,24	0,22	5,52	32,83	Помидоры свежие/горошек зеленый консервированный (70/50)	120	33,67
210-17	18,89	31,11	3,54	370	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	59,46
386-17, ТК	5,8	5	8	100	Кефир	200	19,24
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
	<b>31,9</b>	<b>37,8</b>	<b>60,4</b>	<b>708</b>	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>128,28</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
108-17	3,56	4,59	18,54	144	Суп картофельный с клецками	250	11,66
268-17	15,04	25,63	13,09	312	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	59,90
205-17	6,2	7,19	34,22	226	Макаронные отварные с овощами	180	6,71
389-07, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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
	<b>32,3</b>	<b>39</b>	<b>132</b>	<b>986</b>	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>98,96</b>
	<b>64,23</b>	<b>76,84</b>	<b>192,39</b>	<b>1693,69</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1505</b>	<b>227,24</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.
108-17	3,56	4,59	18,54	144	Суп картофельный с клецками	250	11,66
268-17	15,04	25,63	13,09	312	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	59,90
205-17	6,2	7,19	34,22	226	Макаронные отварные с овощами	180	6,71
389-07, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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
	<b>32,3</b>	<b>39</b>	<b>132</b>	<b>986</b>	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>98,96</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Подзник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
471-03	4,38	7,3	35	243	Булочка бриошь с изюмом	100	29,57
382-17	3,67	3,19	15,82	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	<b>8,45</b>	<b>10,89</b>	<b>60,62</b>	<b>397,00</b>	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>52,38</b>
	<b>40,75</b>	<b>49,90</b>	<b>192,65</b>	<b>1382,72</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1195</b>	<b>151,34</b>

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством

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





# М Е Ж О

30.01.2023

## 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.
ТК	2,24	0,22	5,52	32,83	Помидоры свежие/горошек зеленый консервированный (70/50)	120	33,67
210-17	18,89	31,11	3,54	370	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	59,46
386-17, ТК	5,8	5	8	100	Кефир	200	19,24
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
	<b>31,9</b>	<b>37,8</b>	<b>60,4</b>	<b>708</b>	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>128,28</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
108-17	3,56	4,59	18,54	144	Суп картофельный с клецками	250	11,66
268-17	15,04	25,63	13,09	312	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	59,90
205-17	6,2	7,19	34,22	226	Макаронны отварные с овощами	180	6,71
389-07, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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
	<b>32,3</b>	<b>39</b>	<b>132</b>	<b>986</b>	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>98,96</b>
	<b>64,23</b>	<b>76,84</b>	<b>192,39</b>	<b>1693,69</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1505</b>	<b>227,24</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.
108-17	3,56	4,59	18,54	144	Суп картофельный с клецками	250	11,66
268-17	15,04	25,63	13,09	312	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	59,90
205-17	6,2	7,19	34,22	226	Макаронны отварные с овощами	180	6,71
389-07, ТК	0,9	0	18,18	76,32	Сок натуральный пром/производства	180	12,15
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
	<b>32,3</b>	<b>39</b>	<b>132</b>	<b>986</b>	<b>Итого</b>	<b>815</b>	<b>98,96</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Подзник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
471-03	4,38	7,3	35	243	Булочка бриошь с изюмом	100	29,57
382-17	3,67	3,19	15,82	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко свежее порционное	100	9,90
	<b>8,45</b>	<b>10,89</b>	<b>60,62</b>	<b>397,00</b>	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>52,38</b>
	<b>40,75</b>	<b>49,90</b>	<b>192,65</b>	<b>1382,72</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1195</b>	<b>151,34</b>

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством

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

