



# МЕНЮ



МБОУ «СОШ №35»

16 января 2025 г.

№ Директор

Согласовано

*Юрсепа Н.В.*

Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	------------	-------	------	-----------	----------------------

### Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	18,1	8,7	6,2	38,2	247,5
81/08	Фрикадельки "Петушок"	60	43	8,6	10,3	5,7	148,4
ТТК 231	Соус красный основной	50	2	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	54	5,4	3,9	1,2	23,1	118,8
ИТОГО :		524	81,00	21,90	18,60	100,10	653,70

### Бесплатное питание 81 руб

ТТК 20	Картофельное пюре	160	30,9	3,4	8,8	23,2	201,6
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	60	39,9	8,7	9,1	9,4	152,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	67	6,7	7	1,5	46,2	225,9
ИТОГО :		487	81,00	19,30	19,40	98,80	657,70

### Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	15,5	1,6	5,6	10,5	97,6
ТТК 20	Картофельное пюре	160	30,9	3,4	8,8	23,2	201,6
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	59,8	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	58	5,8	6,1	1,3	40	195,5
ИТОГО :		718	121,50	24,50	29,40	107,90	802,40

### Обед детей, обучающихся в 5-11 классах

ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	31	8,5	8,5	11,7	157
447	Огурец соленый (гарнировка)	15	3,75	0,1	1,5	0,3	1,7
ТТК 15	Запеканка картофельная с мясом	180	87	18	17,6	29,7	356,4
ТТК 184	Напиток из плодов шиповника	200	12,5	0,6	0,2	27	111
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	58	5,75	6,1	1,3	40	195,5
ИТОГО :		726	140,00	33,30	29,10	108,70	821,60

### Комплекс ОВЗ 144,12 руб - льготное питание

190	Каша "Дружба"	160	25,6	5,8	6,4	34,1	214,1
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	30	3	2,2	0,7	12,8	66
ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	15,5	1,6	5,6	10,5	97,6
ТТК 20	Картофельное пюре	150	29	3,2	8,3	21,8	189
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	59,8	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	43	4,22	4,5	1	29,7	145
ИТОГО :		1 083	144,12	30,80	35,60	162,90	1 095,80
ИТОГО за день :		3 538	567,62	129,80	132,10	578,40	4 031,20

Заведующий производством

*Аристова*

/ Аристова Наталья Валерьевна /

Ответственный за питание

*Иванов*

/ Иванова Мария Ивановна /