



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

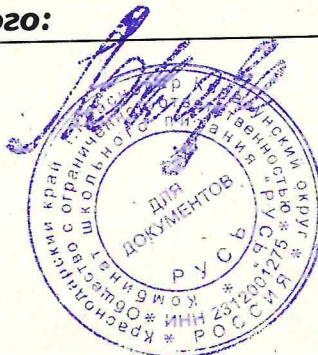
05.10.2022

## Школа №70

№ рецептур дт	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
366	16,10	11,30	6,30	161,9	Рыба (филе Горбуши) запеченная в томате с овощами	80/50	67,04
472	3,20	1,20	22,10	112	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	18,01
ТК	0,48	0,06	1,56	8,4	Огурцы свежие	60	3,66
ТК	3,04	0,32	19,68	93,60	Хлеб пшеничный	2/20	3,22
ТК	1,20	0,20	9,20	42,00	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,86
ТК	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
ТК	2,59	1,38	18,35	96,00	Блинчик с джемом фруктовым	47/20	15,66
	<b>24,85</b>	<b>14,50</b>	<b>91,04</b>	<b>567,58</b>	<b>Итого:</b>	<b>654</b>	<b>113,92</b>

№ рецептур дт	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,45	3,70	7,50	69	Икра кабачковая собственного производства	60	11,06
114/21	2,22	2,82	7,84	66,00	Суп картофельный с рисом с зеленью	200	11,59
ТТК	14,40	7,20	7,40	182,3	Фрикаделька из мяса птицы в сметанном соусе	90/30	42,38
149	8,85	2,40	45,75	233,7	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	16,63
ТТК	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
ТТК	1,08	0,28	12,88	58,80	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	2,60
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежезамороженных	180	9,58
	<b>32,68</b>	<b>16,87</b>	<b>127,75</b>	<b>815,72</b>	<b>Итого:</b>	<b>788</b>	<b>97,86</b>

Ген. директор  
 Технолог  
 Калькулятор  
 Зав. производством



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



**М Е Ж О**

05.10.2022

**Школа №70**



**I смена**

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
366	16,10	11,30	6,30	161,9	Рыба (филе Горбуши) запеченная в томате с овощами	80/50	67,04
472	3,20	1,20	22,10	112	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	18,01
ТК	0,48	0,06	1,56	8,4	Огурцы свежие	60	3,66
ТК	3,04	0,32	19,68	93,60	Хлеб пшеничный	2/20	3,22
ТК	1,20	0,20	9,20	42,00	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,86
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
ТК	2,59	1,38	18,35	96,00	Блинчик с джемом фруктовым	47/20	15,66
	<b>26,85</b>	<b>14,50</b>	<b>91,04</b>	<b>567,58</b>	<b>Итого:</b>	<b>654</b>	<b>113,92</b>

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,45	3,70	7,50	69	Икра кабачковая собственного производства	60	11,06
114/21	2,22	2,82	7,84	66,00	Суп картофельный с рисом с зеленью	200	11,59
ТТК	14,40	7,20	7,40	182,3	Фрикаделька из мяса птицы в сметанном соусе	90/30	42,38
149	8,85	2,40	45,75	233,7	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	16,63
ТК	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
ТК	1,68	0,28	12,88	58,80	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	2,60
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежемороженых	180	9,58
	<b>32,68</b>	<b>16,87</b>	<b>127,75</b>	<b>815,72</b>	<b>Итого:</b>	<b>788</b>	<b>97,86</b>
	<b>60</b>	<b>31</b>	<b>219</b>	<b>1383</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1442</b>	<b>211,78</b>

**II смена**

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

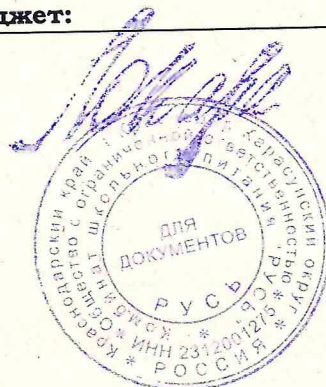
№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,45	3,70	7,50	69	Икра кабачковая собственного производства	60	11,06
114/21	2,22	2,82	7,84	66,00	Суп картофельный с рисом с зеленью	200	11,59
ТТК	14,40	7,20	7,40	182,3	Фрикаделька из мяса птицы в сметанном соусе	90/30	42,38
149	8,85	2,40	45,75	233,7	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	16,63
ТК	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
ТК	1,68	0,28	12,88	58,80	Хлеб ржано-пшеничный	1/28	2,60
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежемороженых	180	9,58
	<b>32,68</b>	<b>16,87</b>	<b>127,75</b>	<b>815,72</b>	<b>Итого:</b>	<b>788</b>	<b>97,86</b>

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	3,95	4,25	29,05	171,50	Булочка «Снежок» (изюм)	50	16,74
ТК	1,02	0,30	24,20	102	Сок или Нектар фруктовый в пром/упаковке	1/200	18,20
	<b>4,97</b>	<b>4,55</b>	<b>53</b>	<b>274</b>	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>34,94</b>
	<b>38</b>	<b>21</b>	<b>181</b>	<b>1089</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1038</b>	<b>132,80</b>

Ген. директор  
Технолог  
Калькулятор  
Зав. производством

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



**МЕНЮ**

05.10.2022

**Школа №70**

**I смена**

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
366	15,37	8,025	7,2	163,5	Рыба (филе Горбуши) запеченная в томате с овощами	100/50	82,88
472	3,96	1,44	25,74	134,4	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	21,61
ТК	0,8	0,1	2,5	15	Огурцы свежие	100	6,12
ТК	3,80	0,40	24,60	117,00	Хлеб пшеничный	2/25	4,02
ТК	1,80	0,30	13,80	63,00	Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,79
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
ТК	2,59	1,38	18,35	96,00	Блинчик с джемом фруктовым	47/20	15,66
	###	###	106,04	642,58	<b>Итого:</b>	<b>764</b>	<b>137,55</b>

(старшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	2,42	6,17	12,50	115	Икра кабачковая собственного производства	100	18,42
114/21	2,40	3,24	8,84	82,50	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	13,64
ТТК	15,6	7,8	8,02	165	Фрикаделька из мяса птицы в сметанном соусе	100/30	45,87
149	10,62	2,88	54,90	250,7	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	19,95
ТК	5,32	0,57	34,43	163,80	Хлеб пшеничный	2/35	5,63
ТК	2,52	0,42	19,32	88,20	Хлеб ржано-пшеничный	1/42	3,91
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежемороженых	180	9,58
	###	###	159,79	954,55	<b>Итого:</b>	<b>952</b>	<b>117,00</b>
	<b>67,72</b>	<b>32,84</b>	<b>265,83</b>	<b>1597,13</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1716</b>	<b>254,55</b>

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

**II смена**

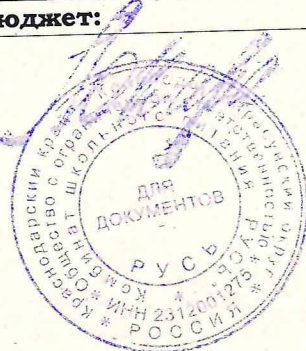
№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	2,42	6,17	12,50	115	Икра кабачковая собственного производства	100	18,42
114/21	2,40	3,24	8,84	82,50	Суп картофельный с рисом с зеленью	250	13,64
ТТК	15,6	7,8	8,02	165	Фрикаделька из мяса птицы в сметанном соусе	100/30	45,87
149	10,62	2,88	54,90	250,7	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	19,95
ТК	5,32	0,57	34,43	163,80	Хлеб пшеничный	2/35	5,63
ТК	2,52	0,42	19,32	88,20	Хлеб ржано-пшеничный	1/42	3,91
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежемороженых	180	9,58
	###	###	159,79	954,55	<b>Итого:</b>	<b>952</b>	<b>117,00</b>

(старшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	4,74	5,1	34,86	205,8	Булочка «Снежок» (изюм)	60	20,08
ТК	1,02	0,30	24,20	102	Сок или Нектар фруктовый в пром/упаковке	1/200	18,20
	<b>5,76</b>	<b>5,40</b>	<b>59,06</b>	<b>307,80</b>	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>38,28</b>
	<b>44,92</b>	<b>26,55</b>	<b>218,85</b>	<b>1262,35</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1212</b>	<b>155,28</b>

Ген. директор  
Технолог  
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

05.10.2022

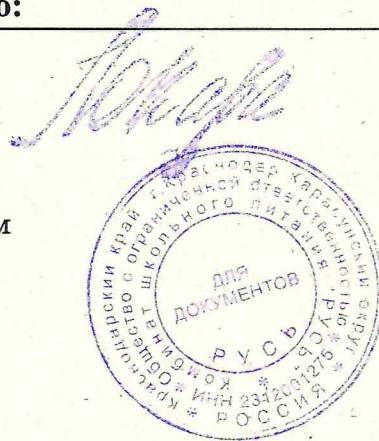
## Школа №70

Комплексы свободного выбора для  
старшеклассников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	90,50	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
	12,00	3,8	2,3	92,25	Рыба жареная	75	61,29
472	2,77	1,04	19	97,07	Картофельное пюре с маслом сливочным	130	15,61
ТК	0,64	0,08	2	12	Огурцы свежие	80	4,92
ТК	2,28	0,24	14,76	70,20	Хлеб пшеничный	29	2,35
ТК	1,2	0,2	9,2	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
	<b>19,13</b>	<b>5,42</b>	<b>61,28</b>	<b>367,2</b>	<b>Итого:</b>	<b>521</b>	<b>90,50</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	90,50	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	14,7	13,13	9,75	217	Фрикадельки из мяса птицы в сметанном соусе	120/30	52,88
149	10,62	2,88	54,90	293,40	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	19,95
ТК	0,64	0,08	2	12	Огурцы свежие	80	4,92
ТК	5,32	0,56	34,44	163,80	Хлеб пшеничный	68	5,49
ТК	1,8	0,3	13,8	63	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,79
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
	<b>33,32</b>	<b>16,99</b>	<b>129</b>	<b>802,55</b>	<b>Итого:</b>	<b>695</b>	<b>90,50</b>

Ген. директор  
Технолог  
Калькулятор  
Зав. производством



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