



**МЕНЮ**

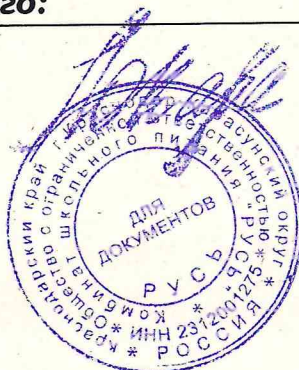
07.10.2022

**Школа №70**

	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	6,70	7,29	8,64	135	Тефтели из мяса	90/30	34,60
470	3	0,6	23,7	112,5	Картофель отварной с маслом сливочным, зеленью	150	19,47
ТК	0,66	0,12	2,28	14,4	Помидоры свежие	60	6,41
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
ТТК	0,09	0,00	20,52	129,60	Кисель из концентрата пром/производства "Фитодар" «Фитодар»	180	7,73
ТК	0,5	0	11,7	53,3	Слива	120	21,06
	<b>15,19</b>	<b>8,53</b>	<b>95,72</b>	<b>580,40</b>	<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>94,35</b>

	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,26	3,03	0,86	31,8	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	60	6,67
110	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ со свежей капустой	200	9,11
437	21,39	15,36	6,14	199	Гуляш из говядины	80/50	87,90
149	3,30	1,20	21,40	122	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150	10,92
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
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
ТК	1,2	4,68	22	136,2	Печенье «Альпелла» в пром/упаковке	1/30	24,13
	<b>48,37</b>	<b>29,21</b>	<b>112,25</b>	<b>805,05</b>	<b>Итого:</b>	<b>835</b>	<b>149,82</b>

Ген. директор  
 Технолог  
 Калькулятор  
 Зав. производством



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



# М Е Ж О

07.10.2022

## Школа №70



### I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	6,70	7,29	8,64	135	Тефтели из мяса	90/30	34,60
470	3	0,6	23,7	112,5	Картофель отварной с маслом сливочным, зеленью	150	19,47
ТК	0,66	0,12	2,28	14,4	Помидоры свежие	60	6,41
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
ТТК	0,09	0,00	20,52	129,60	Кисель из концентрата пром/производства "Фитодар" «Фитодар»	180	7,73
ТК	0,5	0	11,7	53,3	Слива	120	21,06
	<b>15,19</b>	<b>8,53</b>	<b>95,72</b>	<b>580,40</b>	<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>94,35</b>

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,26	3,03	0,86	31,8	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	60	6,67
110	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ со свежей капустой	200	9,11
437	21,39	15,36	6,14	199	Гуляш из говядины	80/50	87,90
149	3,30	1,20	21,40	122	каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150	10,92
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
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
ТК	1,2	4,68	22,1	136,2	Печенье «Альпелла» в пром/упаковке	1/30	24,13
	<b>48,37</b>	<b>29,21</b>	<b>112,25</b>	<b>805,05</b>	<b>Итого:</b>	<b>835</b>	<b>149,82</b>
	<b>64</b>	<b>38</b>	<b>208</b>	<b>1385</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1525</b>	<b>244,17</b>

### II смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,26	3,03	0,86	31,8	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	60	6,67
110	16,50	4,22	10,41	86,40	Борщ со свежей капустой	200	9,11
437	21,39	15,36	6,14	199	Гуляш из говядины	80/50	87,90
149	3,30	1,20	21,40	122	каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150	10,92
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
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
ТК	1,2	4,68	22,1	136,2	Печенье «Альпелла» в пром/упаковке	1/30	24,13
	<b>48,37</b>	<b>29,21</b>	<b>112,25</b>	<b>805,05</b>	<b>Итого:</b>	<b>835</b>	<b>149,82</b>

(младшие классы) Полдник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	3,25	1,85	22,2	118	Пирожок с курагой	50	20,22
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
ТК	0,5	0	11,7	53,3	Слива	120	21,06
	<b>3,81</b>	<b>1,87</b>	<b>47</b>	<b>226</b>	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>44,13</b>
	<b>52</b>	<b>31</b>	<b>159</b>	<b>1031</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1185</b>	<b>193,95</b>

Ген. директор  
Технолог  
Калькулятор  
Зав. производством



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

**М Е Ж О**

07.10.2022

**Школа №70**



**I смена**

**ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	7,25	7,9	9,36	146,3	Тефтели из мяса	100/30	38,04
470	3,60	0,72	28,44	135	Картофель отварной с маслом сливочным, зеленью	180	23,36
ТК	1,1	0,2	3,8	24	Помидоры свежие	100	10,71
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
ТТК	0,09	0,00	20,52	129,60	Кисель из концентрата пром/производства "Фитодар" «Фитодар»	180	7,73
ТК	0,5	0	11,7	53,3	Слива	120	21,06
###	<b>9,52</b>	<b>112,22</b>	<b>668,15</b>		<b>Итого:</b>	<b>790</b>	<b>107,71</b>

**(старшие классы) Обед**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,44	5,05	1,44	53	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	100	11,11
110	2,06	5,27	13,01	108	Борщ со свежей капустой	250	11,59
437	23,03	16,50	6,60	214,5	Гуляш из говядины	90/50	98,50
149	3,96	1,44	25,68	133,2	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	13,10
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
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
ТК	1,2	4,68	22,11	136,2	Печенье «Альпелла» в пром/упаковке	1/30	24,13
###	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>136,44</b>	<b>950,58</b>	<b>Итого:</b>	<b>999</b>	<b>172,44</b>
	<b>56,91</b>	<b>43,49</b>	<b>248,66</b>	<b>1618,73</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1789</b>	<b>280,15</b>

**II смена**

**ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	0,44	5,05	1,44	53	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	100	11,11
110	2,06	5,27	13,01	108	Борщ со свежей капустой	250	11,59
437	23,03	16,50	6,60	214,5	Гуляш из говядины	90/50	98,50
149	3,96	1,44	25,68	133,2	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	13,10
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
686	0,24	0,04	13,85	53,68	Чай с лимоном, сахаром	180/7	4,47
ТК	1,2	4,68	22,11	136,2	Печенье «Альпелла» в пром/упаковке	1/30	24,13
###	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>136,44</b>	<b>950,58</b>	<b>Итого:</b>	<b>999</b>	<b>172,44</b>

**(старшие классы) Полдник**

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	3,9	2,2	26,6	142	Пирожок с курагой	60	24,12
ТТК	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
ТТК	0,5	0	11,7	53,3	Слива	120	15,02
	<b>4,46</b>	<b>2,22</b>	<b>51,6</b>	<b>250</b>	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>41,99</b>
	<b>43,23</b>	<b>36,19</b>	<b>188,00</b>	<b>1200,18</b>	<b>Всего Бюджет:</b>	<b>1359</b>	<b>214,43</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

07.10.2022

## Школа №70



### Комплексы свободного выбора для старшекласников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	90,50	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	22	5,76	41	308	Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным	200/10	44,42
97	3,79	10,27	0	124,83	Сыр твердых сортов	35	34,02
ТК	2,28	0,24	14,76	70,20	Хлеб пшеничный	31	2,48
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежемороженых	180	9,58
	<b>28,84</b>	<b>16,34</b>	<b>77,92</b>	<b>591,57</b>	<b>Итого:</b>	<b>456</b>	<b>90,50</b>

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	90,50	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
437	16,46	11,82	4,73	153,7	Гуляш из говядины	50/50	55,78
149	3,96	1,44	25,68	133,20	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	13,10
ТК	0,88	0,16	3,04	19,2	Помидоры свежие	80	8,61
ТК	1,52	0,16	9,84	46,80	Хлеб пшеничный	20	1,57
ТК	1,2	0,2	9,2	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
ТТК	0,28	0,07	21,78	88,92	Компот из ягод свежемороженых	180	9,58
	<b>24,3</b>	<b>13,85</b>	<b>74,27</b>	<b>483,82</b>	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>90,50</b>

Ген. директор  
Технолог  
Калькулятор  
Зав. производством



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