



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

14.10.2022

## Школа №70

| № Рецептур | Б            | Ж            | У            | Ккал          | 1-4 классы I смена Завтрак Бюджет    | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------------|-------------|-----------------|
| 181/03     | 16,87        | 11,50        | 10,75        | 198,7         | Печень говяжья по-строгановски       | 75/50       | 47,23           |
| 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          | 5,49            |
| 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            |
| 943        | 0,06         | 0,02         | 13,26        | 54,3          | Чай с сахаром                        | 180         | 2,85            |
| ТК         | 0,92         | 4,56         | 16,8         | 112           | Мини-рулет в пром/упаковке           | 1/28        | 20,68           |
|            | <b>25,77</b> | <b>17,86</b> | <b>93,35</b> | <b>621,00</b> | <b>Итого:</b>                        | <b>603</b>  | <b>99,34</b>    |

| № Рецептур | 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           |
| 125/21     | 6,58         | 5,88         | 13,12         | 131,30        | Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью      | 200         | 11,59           |
| 185/03     | 21,9         | 10           | 0,22          | 190           | Поджарка из говядины                          | 75/15       | 83,12           |
| 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            |
| ТК         | 1,02         | 0,30         | 24,20         | 102,00        | Сок или Нектар фруктовый пром/производства    | 200         | 13,50           |
|            | <b>39,73</b> | <b>21,89</b> | <b>103,92</b> | <b>790,19</b> | <b>Итого:</b>                                 | <b>778</b>  | <b>136,81</b>   |

Ген. директор  
 Директор по производственным вопросам  
 Калькулятор  
 Зав. производством



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



**М Е Ж О**

14.10.2022

**Школа №70**

Приветного  
аппетита

**I смена**

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

| № Решения | Б     | Ж     | У      | Ккал   | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                    | Выход, в гр | Цена, руб. коп. |
|-----------|-------|-------|--------|--------|--------------------------------------|-------------|-----------------|
| 100/03    | 18,22 | 12,42 | 11,61  | 214,6  | Печень говяжья по-строгановски       | 90/50       | 55,30           |
| 100/03    | 3,06  | 1,44  | 25,74  | 134,4  | Картофельное пюре с маслом сливочным | 180         | 21,61           |
| 100/03    | 0,8   | 0,1   | 2,5    | 15     | Огурцы свежие                        | 100         | 9,18            |
| 100/03    | 3,80  | 0,40  | 24,60  | 117,00 | Хлеб пшеничный                       | 2/25        | 4,02            |
| 100/03    | 1,80  | 0,30  | 13,80  | 63,00  | Хлеб ржано-пшеничный                 | 1/30        | 2,79            |
| 100/03    | 0,06  | 0,02  | 13,26  | 54,3   | Чай с сахаром                        | 180         | 2,85            |
| 100/03    | 0,92  | 4,56  | 16,8   | 112    | Мини-рулет в пром/упаковке           | 1/28        | 20,68           |
|           | ###   | ###   | 108,31 | 710,30 | <b>Итого:</b>                        | <b>708</b>  | <b>116,43</b>   |

(старшие классы) Обед

| № Решения | 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           |
| 125/21    | 3,10  | 5,17  | 14,90  | 118,70  | Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью      | 250         | 14,65           |
| 185/03    | 24,47 | 11,32 | 0,24   | 212     | Поджарка из говядины                          | 90/15       | 98,98           |
| 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            |
| ТК        | 1,02  | 0,30  | 24,20  | 102,00  | Сок или Нектар фруктовый пром/производства    | 200         | 13,50           |
|           | ###   | ###   | 131,27 | 933,25  | <b>Итого:</b>                                 | <b>947</b>  | <b>168,19</b>   |
|           | 72,37 | 44,63 | 239,58 | 1643,55 | <b>Всего Бюджет:</b>                          | <b>1655</b> | <b>284,62</b>   |

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

**II смена**

| № Решения | 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           |
| 125/21    | 3,10  | 5,17  | 14,90  | 118,70 | Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью      | 250         | 14,65           |
| 185/03    | 24,47 | 11,32 | 0,24   | 212    | Поджарка из говядины                          | 90/15       | 98,98           |
| 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            |
| ТК        | 1,02  | 0,30  | 24,20  | 102,00 | Сок или Нектар фруктовый пром/производства    | 200         | 13,50           |
|           | ###   | ###   | 131,27 | 933,25 | <b>Итого:</b>                                 | <b>947</b>  | <b>168,19</b>   |

(старшие классы) Подзник

| № Решения | 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           |
| 100/03    | 0,06  | 0,02  | 13,26  | 54,3    | Чай с сахаром        | 180         | 2,85            |
| ТК        | 0,63  | 0,00  | 14,63  | 67,50   | Яблоко               | 150         | 15,02           |
|           | 4,59  | 2,22  | 54,5   | 264     | <b>Итого:</b>        | <b>390</b>  | <b>41,99</b>    |
|           | 47,40 | 27,61 | 185,76 | 1197,05 | <b>Всего Бюджет:</b> | <b>1337</b> | <b>210,18</b>   |

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством

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





Приказного  
 приложения

**М Е Ж О**

14.10.2022

**Школа №70**

**I смена**

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

| №<br>Рецептуры | Б     | Ж     | У     | Ккал   | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                    | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|-------|-------|-------|--------|--------------------------------------|----------------|--------------------|
| 181/03         | 16,87 | 11,50 | 10,75 | 198,7  | Печень говяжья по-строгановски       | 75/50          | 47,23              |
| 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             | 5,49               |
| 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             | 0,06  | 0,02  | 13,26 | 54,3   | Чай с сахаром                        | 180            | 2,85               |
| ТК             | 0,92  | 4,56  | 16,8  | 112    | Мини-рулет в пром/упаковке           | 1/28           | 20,68              |
|                | 25,77 | 17,86 | 93,35 | 621,00 | <b>Итого:</b>                        | <b>603</b>     | <b>99,34</b>       |

**(младшие классы) Обед**

| №<br>Рецептуры | Б     | Ж     | У      | Ккал   | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                             | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|-------|-------|--------|--------|---|----------------|--------------------|
| ТТК            | 1,45  | 3,70  | 7,50   | 69     | Икра кабачковая собственного производства     | 60             | 11,06              |
| 125/21         | 6,58  | 5,88  | 13,12  | 131,30 | Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью      | 200            | 11,59              |
| 185/03         | 21,9  | 10,1  | 0,22   | 190    | Поджарка из говядины                          | 75/15          | 83,12              |
| 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               |
| ТК             | 1,02  | 0,30  | 24,20  | 102,00 | Сок или Нектар фруктовый пром/производства    | 200            | 13,50              |
|                | 39,73 | 21,89 | 103,92 | 790,19 | <b>Итого:</b>                                 | <b>778</b>     | <b>136,81</b>      |

65,5 40 197 1411 **Всего Бюджет:**

**II смена**

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

| №<br>Рецептуры | Б     | Ж     | У      | Ккал   | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                             | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|-------|-------|--------|--------|---|----------------|--------------------|
| ТТК            | 1,45  | 3,70  | 7,50   | 69     | Икра кабачковая собственного производства     | 60             | 11,06              |
| 125/21         | 6,58  | 5,88  | 13,12  | 131,30 | Суп с крупой рисовой с томатом и зеленью      | 200            | 11,59              |
| 185/03         | 21,9  | 10,1  | 0,22   | 190    | Поджарка из говядины                          | 75/15          | 83,12              |
| 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               |
| ТК             | 1,02  | 0,30  | 24,20  | 102,00 | Сок или Нектар фруктовый пром/производства    | 200            | 13,50              |
|                | 39,73 | 21,89 | 103,92 | 790,19 | <b>Итого:</b>                                 | <b>778</b>     | <b>136,81</b>      |

**(младшие классы) Полдник**

| №<br>Рецептуры | Б    | Ж    | У     | Ккал | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД    | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|----------------|------|------|-------|------|----------------------|----------------|--------------------|
| ТТК            | 3,25 | 1,85 | 22,2  | 118  | Пирожок с курагой    | 50             | 20,22              |
| 113            | 0,06 | 0,02 | 13,26 | 54,3 | Чай с сахаром        | 180            | 2,85               |
| ТК             | 0,5  | 0    | 11,7  | 53,3 | Яблоко               | 120            | 12,01              |
|                | 3,81 | 1,87 | 47    | 226  | <b>Итого:</b>        | <b>350</b>     | <b>35,08</b>       |
|                | 44   | 24   | 151   | 1016 | <b>Всего Бюджет:</b> | <b>1128</b>    | <b>171,89</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 9-00 до 16-00

Утверждаю  
Директор ОУ

# МЕНЮ

14.10.2022

## Школа №70

### Комплексы свободного выбора для старшекласников

| №<br>Рецепт<br>уры | Б            | Ж            | У            | Ккал          | 90,50   | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|--------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---|----------------|--------------------|
| ТТК                | 28           | 7,13         | 51           | 381           | Вареники с картофелем отварные с маслом сливочным | 250/10         | 53,03              |
| 97                 | 3,25         | 8,8          | 0            | 107           | Сыр твердых сортов                                | 30             | 29,30              |
| ТК                 | 4,94         | 0,52         | 31,98        | 152,10        | Хлеб пшеничный                                    | 66             | 5,32               |
| 943                | 0,06         | 0,02         | 13,26        | 54,3          | Чай с сахаром                                     | 180            | 2,85               |
|                    | <b>36,09</b> | <b>16,47</b> | <b>96,47</b> | <b>694,26</b> | <b>Итого:</b>                                     | <b>536</b>     | <b>90,50</b>       |

| №<br>Рецепт<br>уры | Б            | Ж            | У            | Ккал         | 90,50   | Выход,<br>в гр | Цена,<br>руб. коп. |
|--------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---|----------------|--------------------|
| 185/03             | 17           | 7,75         | 2,44         | 146          | Поджарка из говядины                          | 50/15          | 56,69              |
| 149                | 3,96         | 1,44         | 25,68        | 133,20       | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным | 180            | 13,10              |
| ТК                 | 0,8          | 0,1          | 2,5          | 15           | Огурцы свежие                                 | 100            | 9,18               |
| ТК                 | 5,32         | 0,56         | 34,44        | 163,80       | Хлеб пшеничный                                | 73             | 5,89               |
| ТК                 | 1,8          | 0,3          | 13,8         | 63           | Хлеб ржано-пшеничный                          | 30             | 2,79               |
| 943                | 0,06         | 0,02         | 13,26        | 54,3         | Чай с сахаром                                 | 180            | 2,85               |
|                    | <b>28,51</b> | <b>10,17</b> | <b>92,12</b> | <b>575,3</b> | <b>Итого:</b>                                 | <b>628</b>     | <b>90,50</b>       |

Ген. директор  
Директор по производственным вопросам  
Калькулятор  
Зав. производством

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

