



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

18.10.2022

Школа №70

Комплексы свободного выбора для старшекласников

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	90,50	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
437	18,11	13,00	5,20	169,07	Гуляш из говядины	60/50	66,41
520	5,70	5,80	34,40	197,10	Макароны отварные с маслом сливочным	150	10,22
ТТК	1,44	4,6	7,8	79,2	Икра свекольная собственного производства	60	7,61
ТК	1,52	0,16	9,84	46,80	Хлеб пшеничный	19	1,55
ТК	1,2	0,2	9,2	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
	28,03	23,74	79,7	588,47	Итого:	539	90,50

№ Рецепт уры	Б	Ж	У	Ккал	90,50	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
209/03	18,15	11,3	4,1	232,50	Поджарка из филе ЦБ	75/15	56,96
241/21	3,19	2,67	29,73	153,44	Рис отварной с овощами, маслом сливочным	130	18,20
ТК	0,64	0,08	2	12	Огурцы свежие	80	7,61
ТК	2,66	0,28	17,22	81,90	Хлеб пшеничный	38	3,02
ТК	1,2	0,2	9,2	42	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,86
943	0,06	0,02	13,26	54,3	Чай с сахаром	180	2,85
	25,9	14,55	75,51	576,14	Итого:	538	90,50

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством



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

МЕНЮ

18.10.2022

Школа №70



I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Завтрак

№ Ресурсуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТТК	1,4	6,1	7,6	92	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком консервированным, маслом растительным, зеленью	100	16,48
210-03, ТК	17,87	9,81	20,4	226,3	Рагу из филе птицы	200	81,52
ТК	3,67	3,19	15,82	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1,25	1,25	17,5	87,5	Пряник «Палочки-считалочки» в пром/упаковке (1 шт.)	25	17,48
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
	29,49	21,65	99,82	695,3	Итого	585	135,20

(старшие классы) Обед

№ Ресурсуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	1,3	0,1	6,9	12	Огурцы свежие	100	9,18
93-18	1,58	4,38	6,25	70,75	Борщ из свежей капусты	250	6,88
443-04, ТК	21,6	21,2	37,73	350	Плов из говядины	200	115,50
350-17, ТК	0,18	0,14	23,94	117	Кисель из ягод свежемороженых ²	200	10,25
ТК	1,5	0,3	11,25	55,5	Вафли «Золотце мое» в пром/упаковке (2 шт.)	30	18,16
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Слива	100	17,55
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
	33,16	28,12	143,9	879,7	ИТОГО	980	186,06
	62,65	49,77	243,69	1574,92	Всего Бюджет:	1565	321,26

ОВЗ и инвалиды Бюджет (старшие классы) Обед

II смена

№ Ресурсуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	1,3	0,1	6,9	12	Огурцы свежие	100	9,18
93-18	1,58	4,38	6,25	70,75	Борщ из свежей капусты	250	6,88
443-04, ТК	21,6	21,2	37,73	350	Плов из говядины	200	115,50
350-17, ТК	0,18	0,14	23,94	117	Кисель из ягод свежемороженых ²	200	10,25
ТК	1,5	0,3	11,25	55,5	Вафли «Золотце мое» в пром/упаковке (2 шт.)	30	18,16
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Слива	100	17,55
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
	33,16	28,12	143,9	879,7	ИТОГО	980	186,06

(старшие классы) Полдник

№ Ресурсуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
406-17	9,05	11,4	55,35	360	Пирожок печеный с картофелем	150	30,18
ТК	0,07	0,02	20	40	Чай с сахаром	200	3,52
	9,12	11,42	75,35	400	Итого	350	33,70
	42,28	39,54	219,22	1279,65	Всего Бюджет:	1330	219,76

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством



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

Качура



М Е Ж О

18.10.2022

Школа №70

I смена

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Завтрак

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	1,3	0,1	6,9	12	Огурцы свежие	100	9,18
210-03, ТК	13,4	7,36	15,3	169,7	Рагу из филе птицы (50/100)	150	45,88
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1,25	1,25	17,5	87,5	Пряник «Палочки-считалочки» в пром/упаковке (1 шт.)	25	17,48
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
	22,9	12,7	79,5	489,9	Итого	505	89,72

(младшие классы) Обед

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,78	0,06	4,14	26,25	Овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	6,68
93-18	1,26	3,5	5	56,6	Борщ из свежей капусты	200	5,50
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	63,30
350-17, ТК	0,18	0,14	23,9	117	Кисель из ягод свежемороженых ²	200	10,25
ТК	1,5	0,3	11,3	55,5	Вафли «Золотце мое» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,08
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Слива	100	17,55
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
	25,6	21,6	121	747,4	ИТОГО	805	119,17
	49	34,3	200	1237	Всего Бюджет:	1310	208,89

ОВЗ и инвалиды Бюджет (младшие классы) Обед

II смена

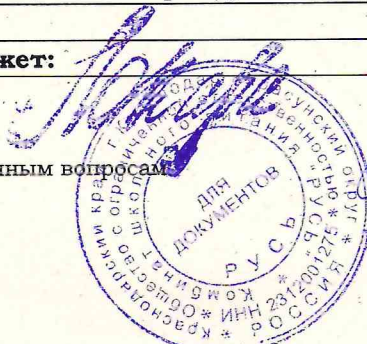
№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,78	0,06	4,14	26,25	Овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	6,68
93-18	1,26	3,5	5	56,6	Борщ из свежей капусты	200	5,50
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	63,30
350-17, ТК	0,18	0,14	23,9	117	Кисель из ягод свежемороженых ²	200	10,25
ТК	1,5	0,3	11,3	55,5	Вафли «Золотце мое» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,08
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Слива	100	17,55
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
	25,6	21,6	121	747,4	ИТОГО	805	119,17

(младшие классы) Подзник

№ Рецептуры	Б	Ж	У	Ккал	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	12	10,4	33,2	233,9	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	33,76
ТК	0,07	0,02	20	40	Чай с сахаром	200	3,52
ТК	1,5	0,3	11,3	55,5	Вафли «Золотце мое» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,08
	13,6	10,7	64,4	329,4	Итого	315	46,36
	39	32	185	1077	Всего Бюджет:	1120	165,53

Ген. директор
Директор по производственным вопросам
Калькулятор
Зав. производством

Качура Г. Ю.
Каде С. М.
Якунина Е. А.



Качура



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

18.10.2022

Школа №70

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы I смена Завтрак Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	1,3	0,1	6,9	12	Огурцы свежие	100	9,18
210-03, ТК	13,4	7,36	15,3	169,7	Рагу из филе птицы (50/100)	150	45,88
ТК	3,67	3,19	15,8	107	Какао с молоком	180	12,91
ТК	1,25	1,25	17,5	87,5	Пряник «Палочки-считалочки» в пром/упаковке (1 шт.)	25	17,48
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
	22,9	12,7	79,5	489,9	Итого	505	89,72

№ Рецептур ы	Б	Ж	У	Ккал	1-4 классы II смена Обед Бюджет	Выход, в гр	Цена, руб. коп.
ТК	0,78	0,06	4,14	26,25	Овощные палочки: морковь, перец сладкий)	60	6,68
93-18	1,26	3,5	5	56,6	Борщ из свежей капусты	200	5,50
443-04, ТК	16,2	15,9	28,3	262,5	Плов из говядины	150	63,30
350-17, ТК	0,18	0,14	23,9	117	Кисель из ягод свежемороженых ²	200	10,25
ТК	1,5	0,3	11	55,5	Вафли «Золотце мое» в пром/упаковке (1 шт.)	15	9,08
ТК	0,4	0,4	9,8	47	Слива	100	17,55
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
	25,6	21,6	121	747,4	ИТОГО	805	119,17

Ген. директор
 Директор по производственным вопросам
 Калькулятор
 Зав. производством

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

Качура
Каде
Якунина

