



Согласовано:

Директор МБУ «Школа №93»

А.Г. Родионов

**МЕНЮ**

на 20.05.2021

МБУ "Школа № 93"

**Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Перец черный молотый / Соль йодированная	30/30	28,00	10,10	2,82	2,06	74,00
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая / Соль йодированная / Вода / Масло сливочное	100	12,00	5,85	4,06	26,43	165,66
Таб.№24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	6,00	0,18	0,03	0,48	2,91
698/97	10199	Компот из яблок Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота	160	10,10	0,15	0,15	22,72	92,83
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,00	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>				<b>59,10</b>	<b>18,56</b>	<b>7,30</b>	<b>66,45</b>	<b>405,72</b>

**Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Перец черный молотый / Соль йодированная	30/30	28,00	10,10	2,82	2,06	74,00
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая / Соль йодированная / Вода / Масло сливочное	100	12,00	5,85	4,06	26,43	165,66
Таб.№24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	6,00	0,18	0,03	0,48	2,91
ТТК	11692	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода	160	8,00	0,21	0,08	20,70	84,36
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,00	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>18,62</b>	<b>7,23</b>	<b>64,43</b>	<b>397,25</b>

**Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Перец черный молотый / Соль йодированная	30/30	28,00	10,10	2,82	2,06	74,00
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая / Соль йодированная / Вода / Масло сливочное	100	12,00	5,85	4,06	26,43	165,66
Таб.№24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	6,00	0,18	0,03	0,48	2,91
ТТК	11692	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода	160	8,00	0,21	0,08	20,70	84,36
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,00	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>18,62</b>	<b>7,23</b>	<b>64,43</b>	<b>397,25</b>

**Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / Соус томатный (блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	34,00	8,67	13,27	8,35	187,51
302/04	2310	Каша пшенная вязкая Крупа пшено / Соль йодированная / Масло растительное / Сахар песок / Вода	100	5,00	2,79	3,33	17,00	109,13
Таб.№24/96	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	5,00	0,22	0,04	0,78	4,36
ТТК	9698	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
	7035	Вафли порционные 1шт.		4,60	0,11	0,40	0,53	6,19
<b>Итого:</b>				<b>73,60</b>	<b>15,51</b>	<b>21,33</b>	<b>69,18</b>	<b>530,76</b>

**Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
110/96	168	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне</b> Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
423/96	1186	<b>Тефтели с соусом (говядина, курица, рис)</b> Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	34,00	8,67	13,27	8,35	187,51
302/04	2310	<b>Каша пшенная вязкая</b> Крупа пшено / Соль йодированная / Масло растительное / Сахар песок / Вода	100	5,00	2,79	3,33	17,00	109,13
Таб.№24/96	5154	<b>Помидор свежий</b> Помидор свежий	20	5,00	0,22	0,04	0,78	4,36
ТТК	9698	<b>Чай фруктовый</b> Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
пп	365	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
пп	17587	<b>Хлеб ржанопшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	2,00	1,98	0,25	12,08	58,45
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>17,38</b>	<b>21,18</b>	<b>80,73</b>	<b>583,02</b>

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
110/96	168	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне</b> Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
423/96	1186	<b>Тефтели с соусом (говядина, курица, рис)</b> Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода	60/30	34,00	8,67	13,27	8,35	187,51
302/04	2310	<b>Каша пшенная вязкая</b> Крупа пшено / Соль йодированная / Масло растительное / Сахар песок / Вода	100	5,00	2,79	3,33	17,00	109,13
Таб.№24/96	5154	<b>Помидор свежий</b> Помидор свежий	20	5,00	0,22	0,04	0,78	4,36
ТТК	9698	<b>Чай фруктовый</b> Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
пп	365	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
пп	17587	<b>Хлеб ржанопшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	2,00	1,98	0,25	12,08	58,45
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>17,38</b>	<b>21,18</b>	<b>80,73</b>	<b>583,02</b>

**Раздача свободного выбора с 1-м блюдом за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Холодные блюда</b>							
125/2013	18424	<b>Салат из крабовых палочек с капустой (молодая)</b> Вода / Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Лимонная кислота / Лук репчатый п/ф / Соус / Юса для детей / Яйцо свежее / Капуста молодая	40	2,70	1,23	1,79	29,05
	9386	<b>Салат из свежих помидоров с луком</b> Салат из свежих помидоров с луком (заправка): (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Перец черный молотый / Соль йодированная / Лимонная кислота))	50	0,57	2,55	2,82	36,51
	63/13	<b>Салат из моркови Солнышко</b> Морковь свежая мытая / Апельсины свежие / Изюм / Лимон свежий / Сахар песок	50	0,26	0,05	9,22	38,36
Таб.№24/96	5211	<b>Десерт фруктовый (апельсин)</b> Апельсины свежие	90	0,81	0,18	7,29	34,02
<b>Первые блюда</b>							
110/96	168	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне</b> Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26
<b>Вторые блюда</b>							
455/96	7259	<b>Котлета натуральная рубленая из филе цыплят</b> Котлетное мясо птицы / Масло растительное / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Соль йодированная / Перец черный молотый	50	8,22	18,30	10,56	239,82
469/04	8841	<b>Фрикадельки из говядины с соусом</b> Фрикадельки из мяса птицы, говядина: (Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная / Перец черный молотый / Масло растительное) / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый)	55/30	9,38	10,24	9,71	168,52
<b>Гарниры и соусы</b>							
482/96	362	<b>Капуста свежая тушеная</b> Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота	100	2,49	3,61	10,75	85,45

469/96;516/3/0 4	1669	<b>Макаронные отварные</b> Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
<b>Третьи блюда</b>							
628/96	10781	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
<b>Хлеб</b>							
пп	365	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
пп	17587	<b>Хлеб ржанопшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	12835	<b>Булочка с кунжутом</b> Булочка с кунжутом: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее)	30	2,59	0,70	16,96	84,50
ТТК	13464	<b>Булочка сахарная</b> Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное)	30	2,73	1,84	20,75	110,48

**Итого: 80,00**

Зав.производством Сычева Н. И.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3.2.4.590-20

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ЗАО КШП "Дружба" / *Солоднева Т.В.*

Россия, 445002, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru

