



Согласовано:  
директор МБУ "Школа № 93"

Родионов Александр Геннадиевич

## МЕНЮ

на 01.03.2025

МБУ "Школа № 93"



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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	11,10	3,05	3,33	14,75	101,17
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	15,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
<b>Итого:</b>			<b>370</b>	<b>70,10</b>	<b>10,36</b>	<b>13,36</b>	<b>54,01</b>	<b>377,72</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,50</b>			

**Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	11,10	3,05	3,33	14,75	101,17
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	15,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
<b>Итого:</b>			<b>370</b>	<b>70,10</b>	<b>10,36</b>	<b>13,36</b>	<b>54,01</b>	<b>377,72</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,50</b>			

**Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	15,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
Таб.24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	80	17,52	0,72	0,16	6,48	30,24
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>91,52</b>	<b>12,61</b>	<b>15,00</b>	<b>67,86</b>	<b>456,88</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,66</b>			

**Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	15,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
Таб.24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	80	17,52	0,72	0,16	6,48	30,24
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>91,52</b>	<b>12,61</b>	<b>15,00</b>	<b>67,86</b>	<b>456,88</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,66</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Фасоль в асс. / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	23,00	1,52	4,18	8,57	77,98
ТТК	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным Голубцы ленивые куриные / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	50/40	36,00	6,38	9,43	5,47	132,27
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	17,00	3,10	0,62	25,27	119,04
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	8,00	0,08	0,01	15,21	61,25

пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,10	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>670</b>	<b>87,10</b>	<b>13,36</b>	<b>14,48</b>	<b>69,28</b>	<b>460,86</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,77</b>			

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Фасоль в асс. / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	23,00	1,52	4,18	8,57	77,98
ТТК	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным Голубцы ленивые куриные / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	50/40	36,00	6,38	9,43	5,47	132,27
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	17,00	3,10	0,62	25,27	119,04
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	8,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,10	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>670</b>	<b>87,10</b>	<b>13,36</b>	<b>14,48</b>	<b>69,28</b>	<b>460,86</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,77</b>			

**Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Фасоль в асс. / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	23,00	1,52	4,18	8,57	77,98
ТТК	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным Голубцы ленивые куриные / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	50/40	36,00	6,38	9,43	5,47	132,27
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	17,00	3,10	0,62	25,27	119,04
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	8,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,10	2,28	0,24	14,76	70,32
Таб.№24/96	7357	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	180	41,04	1,44	0,36	13,50	63,00
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>128,14</b>	<b>14,80</b>	<b>14,84</b>	<b>82,78</b>	<b>523,86</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,90</b>			

**Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся во вторую смену (обед)**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Фасоль в асс. / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	23,00	1,52	4,18	8,57	77,98
ТТК	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным Голубцы ленивые куриные / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	50/40	36,00	6,38	9,43	5,47	132,27
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	17,00	3,10	0,62	25,27	119,04
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	8,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,10	2,28	0,24	14,76	70,32
Таб.№24/96	7357	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	180	41,04	1,44	0,36	13,50	63,00
<b>Итого:</b>			<b>850</b>	<b>128,14</b>	<b>14,80</b>	<b>14,84</b>	<b>82,78</b>	<b>523,86</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,90</b>			

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
404/04	13039	Салат из морской и квашеной капусты Картофель(очищенный) / Капуста квашеная / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Соль йодированная	100	1,67	10,14	10,43	139,66
Сб.рец.Москва 2022г.	2012	Салат Влажский с ветчиной Салат Влажский с ветчиной: (Яйцо свежее / Картофель п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень)	50	1,22	5,87	2,75	68,73
ТТК	16362	Салат овощной с крабовыми палочками (яйцо,лук,картоф,морк.свекла. соус) Салат овощной с крабовыми палочками (яйцо,лук,картоф,морк.свекла. соус): (Яйцо свежее / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Крабовые палочки / Лук репчатый п/ф)	50	1,39	7,32	3,54	85,54
ТТК	7094	Салат из свежих фруктов (яблоко.апельс.очищ) Апельсины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	50	0,36	0,15	14,63	61,31
Таб.№24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	90	0,81	0,18	7,29	34,02

**Первые блюда**

№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор); (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Фасоль в асс. / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,52	4,18	8,57	77,98
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	20403	Оладьи мини п/ф с молоком сгущ. Оладьи мини LINA "CREPELATIER" 4 кг (25 гр.) / Молоко сгущенное	100/20	7,45	5,72	51,21	286,11
ТТК	20287	Блинчики с яблоками Блинчики с яблоками п/ф Дана / Масло растительное	160	5,44	7,28	59,20	324,06
ТТК	20319	Котлета из говядины Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное	70	9,11	12,96	6,35	178,48
ТТК	16856	Наггетсы куриные рубленые Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное	45	9,38	9,50	2,02	131,10
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.	50	7,04	19,80	0,19	207,12
<b>Гарниры и соусы</b>							
200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
<b>Третьи блюда</b>							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка); (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	14042	Рожок шоколадный Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Начинка термост.Веста в асс. / Сахар песок / Масло сливочное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,71	4,12	30,55	174,12
ТТК	17756	Ватрушка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Начинка термостабильная в асс. / Вода / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,17	1,94	19,62	108,61
№775/04	278	Булочка Российская Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	60	4,54	5,28	36,87	213,16
			<b>Итого: 137,00</b>				

Зав.производство: Сычева Н.И.

Ответственный за питание  
СанПин 2.3/2.4.3996-20



Россия, 445043, Самарская обл., Ижмари, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru