



Согласовано:
директор МБУ "Школа № 93"
Родионов Александр



МЕНЮ

на 01.10.2022

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	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
Таб. №24/96	6261	Огурец свежий Огурец свежий	20	3,00	0,14	0,02	0,39	2,30
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Сахар песок / Лимон свежий / Вода	200	9,00	0,14	0,02	24,43	98,46
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,80	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			455	63,80	13,13	17,32	64,36	465,84
Итого ХЕ:					5,36			

Завтрак 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
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
Таб. №24/96	6261	Огурец свежий Огурец свежий	20	3,00	0,14	0,02	0,39	2,30
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Сахар песок / Лимон свежий / Вода	200	9,00	0,14	0,02	24,43	98,46
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,80	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			455	63,80	13,13	17,32	64,36	465,84
Итого ХЕ:					5,36			

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
136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур. бульоне Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Соль йодированная 1 / Лавровый лист	200	14,00	8,96	8,44	13,95	167,57
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное)	150/75	48,00	6,67	13,74	38,59	304,71
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота	200	12,00	0,18	0,18	28,36	115,79
ПП	17587	Хлеб ржанопшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,98	0,25	12,08	58,45
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			685	79,40	20,44	22,89	110,20	728,56
Итого ХЕ:					9,18			

по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур. бульоне Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Соль йодированная 1 / Лавровый лист	200	14,00	8,96	8,44	13,95	167,57
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное)	150/75	48,00	6,67	13,74	38,59	304,71
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота	200	12,00	0,18	0,18	28,36	115,79
ПП	17587	Хлеб ржанопшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,98	0,25	12,08	58,45
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			685	79,40	20,44	22,89	110,20	728,56
Итого ХЕ:					9,18			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
ТТК	16362	Салат овощной с крабовыми палочками (яйцо, лук, картоф, морк. свекла. соус) Салат овощной с крабовыми палочками (яйцо, лук, картоф, морк. свекла. соус); (Крабовые палочки / Лук репчатый п/ф / Картофель п/ф / Свекла п/ф / Яйцо свежее / Морковь свежая п/ф / Соус майонезный)	50	1,39	7,32	3,54	85,54
	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода) / Лук репчатый п/ф)	60	0,58	3,07	2,72	40,83
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Таб №24/96г	9515	Арбуз очищенный Арбуз св.	150	1,73	0,29	16,70	76,33
Первые блюда							
136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур. бульоне Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Соль йодированная 1 / Лавровый лист	200	8,96	8,44	13,95	167,57
Вторые блюда							
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы, говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы, говяд, блюдо): (Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное)	150/75	6,67	13,74	38,59	304,71
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	20,21	13,70	34,41	342,00
455/96	7259	Котлета натуральная рубленая из филе цыплят Котлетное мясо птицы / Масло растительное / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Соль йодированная 1	50	8,22	18,30	10,56	239,82
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95
Гарниры и соусы							
215/96	3794	Рагу овощное с соусом томатным Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / 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 1) / Перец черный молотый / Лавровый лист / Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Капуста свежая п/ф очищ.	125	1,73	7,09	12,78	121,85
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
Хлеб							
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
ТТК	17102	Хлеб ржанопшеничный Хлеб в ассортименте	50	3,50	0,55	21,65	105,55
Мучные изделия							
ТТК	17756	Ватрушка Ароматная Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Начинка термостабильная в асс. / Масло растительное	50	3,17	1,94	19,62	108,61
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло сливочное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	3,67	7,11	28,89	194,23
Итого:			100,00				

Зав.производством Сычева Н. И.

Ответственный за питание _____
СанПиН 2.4.1.3090-20

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

Россия, 445003, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru