



## **МЕНЮ**

на 02.10.2025

МБУ "Школа № 93"

Согласовано:

"Школа № 93"

Пронина И.С.

Зам. директора по учебновоспитаты ньой работе МБУ

7,72

5,58

5,37

7,07

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник	Код	Наимонорония	Выход	Пищевая ценность				
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80	
TTK		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий	90	2,10	11,72	3,03	120,00	
469/96;516/3/0	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
4	Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	130	5,05	4,29	30,02	200,20		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18	
020/901.		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,57	00,10	
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48	
	3020	Хлеб пшеничный	43	5,42	0,30	22,14	103,40	
	15859	Печенье Сахарное в ассорт 2шт	26	1.68	68 4,80	15,84	113,28	
		Печенье сахарное	26	1,00		13,64	113,20	
		Итог	D: 511	12,93	21,17	92,62	619,03	

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

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность					
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл		
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом Спагетти мясное Лада / Огурец свежий	90	2,18	11,72	3,65	128,80		
469/96;516/3/0 4	1009	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29		
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18		
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		
		Итого	465	9.73	16,21	66.94	458,87		

. по 11 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценності	<b>-</b>
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ттк	20323	Спагетти мясное со свеж.огурцом Спагетти мясное Лада / Огурец свежий	90	2,18	11,72	3,65	128,80
469/96;516/3/0 4	1009	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный <sup>Хлеб в ассортименте</sup>	20	1,52	0,16	9,84	46,88
·		Итого	: 460	9,35	16,17	64,48	447,15

Итого XE: Стоимость рациона: 70,1 руб.

Итого ХЕ:

Итого ХЕ:

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

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность					
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл		
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80		
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий		_,	,. =	0,00			
469/96;516/3/0	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29		
	Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	100	0,00	1,20	00,02	200,20			
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18		
020/00		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			1 1,07	00,10		
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		
пром		Хлеб пшеничный	10	5,04	0,52	13,00	33,70		
Таб.№24/96	5362	Десерт фруктовый (нектарин)	100	0,90		10,50	45,60		
1 aU.11224/90		Нектарин	100	0,90		10,50	45,00		
		Итого	580	11,77	16,33	84,82	539,63		

Итого ХЕ:

XE:

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

Сборн	ик Код	Наимонование	Выход		Пищева	ая ценност	•
рецепт	ур блюд	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
TTK	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2 18	11 72	3 65	128 80

469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	1	50	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	2	00			14,97	66,18
пром	2974	Хлеб пшеничный <sup>Хлеб пшеничный</sup>	4	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Таб.№24/96	5362	Десерт фруктовый (нектарин) <sup>Нектарин</sup>	1	00	0,90		10,50	45,60
		Итс	рго: 5	80	11,77	16,33	84,82	539,63

Итого ХЕ:

Итого ХЕ:

Итого ХЕ:

7,07

11,75

6,83

6,83

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену

Сборник	Код	Наимонование	Выход	Пищевая ценность				
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
		Суп из овощей с соусом						
	20570	Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03	
		Фрикадельки из птицы с соусом томатным						
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34	
466/96;512/3/2	6528	Рис припущенный	150	3,75	4,16	39,29	209,60	
004	0320	Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	130	3,73	4,10	39,29	209,00	
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70	
1110 10,00,171.	14200	Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,10	0,00	21,00	00,70	
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43	
	10100	Хлеб ржаной	00	2,04	0,00	11,04	00,40	
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48	
	3020	Хлеб пшеничный	40	5,42	0,50	22,14	105,40	
		Булочка Дорожная						
№772/04	2376	Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23	
		Итого:	770	23,24	27,63	141,06	905,81	

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

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	20570	Суп из овощей с соусом  Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
466/96;512/3/2 004	251	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,48	2,89	25,95	139,73
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
ПП	198	Хлеб пшеничный <sup>Хлеб пшеничный</sup>	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Итого:	630	15,50	18,78	81,97	558,84

11 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
		Суп из овощей с соусом					
	20570	Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
		Фрикадельки из птицы с соусом томатным					
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
466/96;512/3/2 004	251	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,48	2,89	25,95	139,73
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
1111	190	Хлеб пшеничный	55	2,00	0,20	17,22	02,04
		Итого:	630	15.50	18.78	81.97	558.84

Итого ХЕ:

Стоимость рациона: 87,1 руб.

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

	0.020.	ion, no repent i priminati y taonio e directione e constitution e constitution e constitution e constitution e					
Сборник	Код	Наимонование	Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

		Итого:	840	23,52	27,84	148,27	937,66
Таб.№24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) <sub>Груша свежая</sub>	70	0,28	0,21	7,21	31,85
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
	3026	Хлеб пшеничный <sup>Хлеб пшеничный</sup>	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ПП	13185	Хлеб ржаной <sup>Хлеб ржаной</sup>	30	2,04	0,39	11,94	59,43
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
466/96;512/3/2 004	6528	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,75	4,16	39,29	209,60
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным  Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03

Итого ХЕ:

12,36

12,36

11,75

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

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценності	
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	20570	Суп из овощей с соусом  Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
466/96;512/3/2 004	6528	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,75	4,16	39,29	209,60
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
пп	13185	Хлеб ржаной <sup>Хлеб ржаной</sup>	30	2,04	0,39	11,94	59,43
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожки прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
Таб.№24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
		Итого:	840	23,52	27,84	148,27	937,66

Итого XE:
Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ),
для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
		Суп из овощей с соусом						
	20570	Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03	
		Фрикадельки из птицы с соусом томатным						
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34	
466/96;512/3/2	6528	Рис припущенный	150	3,75	4,16	39,29	209,60	
004		Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	130					
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70	
		Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота						
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43	
		Хлеб ржаной		_, .		, .		
	3026	Хлеб пшеничный	45	45 3,42	0,36	22,14	105,48	
		Хлеб пшеничный		0,			,	
№772/04	2376	Булочка Дорожная	50	2.07	67 744	00.00	404.00	
		Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23	
	•	Итого:	770	23,24	27,63	141,06	905,81	

Итого XE:

Полдник для обучающихся 1-4 классов, один из родителей (законных дставителей) которых принимает участие в специальной военной операции

	представителей, которых принимает участие в специальной военной операции									
	Сборник	к Код	Выход	Пищевая ценность						
	c	Наименование			316	1.7	16			

ттк	10016	Хачапури  Хачапури: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Вода / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная)	75	10,67	9,49	30,54	250,25
		Итого:	275	10,67	9,49	30,54	250,25
		Итого ХЕ:				2,55	

Выход

Пищевая ценность

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

Сборник

Хлеб ржаной

Мучные изделия Рожок обсыпной

Код

Сборник	Код	Hauranaaan	Выход	Пищевая ценность				
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200					
ттк	10016	Хачапури Хачапури: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Вода / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная)	75	10,67	9,49	30,54	250,25	
Таб.№24/96	12948	Десерт фруктовый (нектарин) <sub>Нектарин</sub>	70	0,63		7,35	31,92	
		Итого:	345	11,30	9,49	37,89	282,17	
	Разда	Итого XE: ача свободного выбора блюд за счет родительских средств				3,16		
Сборник	Код		D		Пищева	яя ценності	<b>.</b>	
рецептур	блюда		Выход	Белки		Углеводы	Ккалл	
		Холодные блюда	1		1			
36/97	8453	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Салат из свежих огурцов с салатной заправкой: (Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная))	60	0,35	3,02	1,55	34,78	
60/81	10818	Салат из свежих помидоров со сладким перцем  помидор свежий / Перец болгарский св. / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная	60	0,71	3,06	3,32	43,66	
ттк	10362	кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная  Салат из крабовых палочек с капустой  Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35	
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	
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) <sub>Груша свежая</sub>	85	0,34	0,26	8,76	38,74	
ТТК	6958	Салат из свежих фруктов (яблоко,апельс.очищ) Апельсины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,45	0,19	15,79	66,67	
		Первые блюда						
		Суп из овощей с соусом						
	20570	Суп из овощей с соусом  Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03	
		Вторые блюда						
ттк	19762	Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81	
ТТК	20290	Сырники классические п/ф 114г.(творог обез), (цех) / Молоко сгущенное / Масло растительное Блинчики с вареной сгущенкой	160	25,60	14,96	33,12	369,50	
		Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное			,	,		
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64	
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят  Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное	50	8,65	2,97	7,91	92,97	
ТТК	16856	Наггетсы куриные рубленые Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное	45	9,38	9,50	2,02	131,10	
ТТК	20319	Котлета из говядины Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное	70	9,11	12,96	6,35	178,48	
		Гарниры и соусы						
		Рагу овощное с соусом томатным						
215/96	3794	Картофель п/ф / 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) / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	125	1,73	7,09	12,78	121,85	
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90	
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
	<u> </u>	Третьи блюда		<u> </u>	<u> </u>			
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18	
	<u> </u>	Хлеб		·				
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	