



Согласовано:
директор МБУ "Школа № 93"

Родионов Александр Геннадиевич

МЕНЮ

на 02.12.2021

МБУ "Школа № 93"

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	7568	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	140	30,20	0,56	0,42	14,42	63,70
Таб.№24/96	6022	Огурец свежий Огурец свежий	15	4,00	0,11	0,02	0,29	1,78
	13422	Поджарка из филе цыплят Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Перец черный молотый / Соль йодированная / Томатная паста / Филе куриное охл.	40/15	45,00	8,92	14,44	10,11	206,08
460/2013 Самар.обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Соль йодированная	100	7,00	2,48	3,61	24,74	141,37
646/96	8704	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	160	7,00	0,16	0,04	20,59	83,36
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,00	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:				96,20	14,89	18,81	87,37	578,33
Итого ХЕ:					7,28			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	13422	Поджарка из филе цыплят Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Перец черный молотый / Соль йодированная / Томатная паста / Филе куриное охл.	40/15	45,00	8,92	14,44	10,11	206,08
460/2013 Самар.обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Соль йодированная	100	7,00	2,48	3,61	24,74	141,37
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				57,00	14,10	18,45	60,62	464,97
Итого ХЕ:					5,05			

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	13422	Поджарка из филе цыплят Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Перец черный молотый / Соль йодированная / Томатная паста / Филе куриное охл.	40/15	45,00	8,92	14,44	10,11	206,08
460/2013 Самар.обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Соль йодированная	100	7,00	2,48	3,61	24,74	141,37
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				57,00	14,10	18,45	60,62	464,97
Итого ХЕ:					5,05			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	7080	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	120	20,70	0,96	0,24	9,00	42,00
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	17,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы, говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина, птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная / Перец черный молотый / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / 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)	50/30	33,00	8,93	8,26	9,65	148,66
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	100	9,00	3,05	3,33	14,75	101,17
	19035	Морс 0,2л в асс.		27,00				
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	4,00	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:				110,70	18,02	16,25	66,56	484,57
Итого ХЕ:					5,55			

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

Сборник рецептур	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	17,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная / Перец черный молотый / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / 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)	50/30	33,00	8,93	8,26	9,65	148,66
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	100	9,00	3,05	3,33	14,75	101,17
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
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	4,00	3,42	0,36	22,14	105,48
			Итого:	71,00	17,27	16,09	78,26	526,93
			Итого ХЕ:		6,52			

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	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	17,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная / Перец черный молотый / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / 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)	50/30	33,00	8,93	8,26	9,65	148,66
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	100	9,00	3,05	3,33	14,75	101,17
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
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	4,00	3,42	0,36	22,14	105,48
			Итого:	71,00	17,27	16,09	78,26	526,93
			Итого ХЕ:		6,52			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
43/97	11525	Салат "Степной" Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Соус майонезный	50	1,01	3,44	4,50	53,00
ТТК	10837	Салат из свежей капусты с кукурузой Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная	50	0,99	2,02	5,41	43,78
ТТК	9014	Салат из моркови Солнышко Морковь свежая п/ф / Изюм / Апельсины свежие / Сахар песок / Лимон свежий	50	6,60	0,80	114,80	492,80
Таб.№24/96	11728	Десерт фруктовый (киви) Киви	55	0,44	0,22	4,46	21,58

Первые блюда

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	1,66	4,06	11,02	87,26
--------	-----	--	-----	------	------	-------	-------

Вторые блюда

416/96	5000	Котлета рубленая (мясо птицы,говядина) с соусом Котлета рубленая (говядина,птица) (хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная / Перец черный молотый / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / 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)	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66
460/96;498/04	8638	Котлета рубленая из цыплят Филе куриное зам. / Хлеб в ассортименте / Молоко / Масло сливочное / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый	50	7,21	9,59	12,90	166,75
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком сгуц. Блинчики с пылу с жару п/ф / Молоко сгущенное	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10

Гарниры и соусы

460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	3,72	5,51	37,12	212,90
	469/96	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84

Третьи блюда

628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
--------	-------	---	-----	------	------	-------	-------

Хлеб

пп	1000	Хлеб пшеничный	45	4,00	3,42	0,36	22,14
----	------	----------------	----	------	------	------	-------

100	100	Хлеб пшеничный	30	2,00	0,20	11,22	02,07
-----	-----	----------------	----	------	------	-------	-------

Мучные изделия

ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Соль йодированная / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Вода	30	2,55	1,91	18,77	102,47
ТТК	13464	Булочка сахарная 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 3/24.0590-20

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

Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru

