



МЕНЮ

на 03.10.2025

МБУ "Школа № 93"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс,

Сборник		принимает участие в специальной военной операции	Выход		Пишов	20 1101110071	
рецептур	Код блюда	Наименование	гр.	··· 		ая ценность Углеводы	Ккалл
ттк	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32
ттк	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ттк	20448	Печенье тарталетки в асс.	22	0,70	2,40	8,30	57,60

Итого: Итого ХЕ:

502

14,30

16,82

88,19 7,35

561,34

Согласовано:

"Школа № 93"

Пронина И.С.

Зам. директора по учебноуюспитательной работе МБУ

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

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищев	ая ценності	•
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ттк	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	15004	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32
ттк	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
,		Итого:	475	13,22	14,38	77,43	492,02

Итого ХЕ:

77,43

6,45

6,45

по 11 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	яя ценності	5
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ттк	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	13004	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32
ттк	44 AE	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Итого:	475	13,22	14,38	77,43	492,02

Итого ХЕ: Стоимость рациона: 70,1 руб.

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных

Бесплатное опноразовое питание пла обучающихся в 5-11 упассах, пла летей из

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	10004	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32
ттк	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
Таб.№24/96	10330	Десерт фруктовый (яблоко) яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
		Итого:	612	14,86	17,26	100,36	616,22

Итого ХЕ:

Итого:

17,26

100,36

Сборник	Код	Наименерацие	Выход		Пищева	ая ценность	,
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

ттк	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32
ттк	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
пром	2974	Хлеб пшеничный ^{Хлеб пшеничный}	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ттк	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
		Итого:	612	14,86	17,26	100,36	616,22

Итого: 14,86 612 Итого ХЕ:

8,36

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

Сборник	Код	Наимонование	Выход		Пищева	ая ценность	,
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
		Суп лапша домашняя					
№ 151/94	1266	Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая с соусом томат.					
ТТК	20563	Свинина б/к (окорок) / Вода / 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) / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	75/15	9,99	20,98	12,51	278,82
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ПП	13185	Хлеб ржаной ^{Хлеб ржаной}	30	2,04	0,39	11,94	59,43
		Итого:	700	20,09	33,21	102,29	788,41

Итого ХЕ:

8,52

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

Сборник	Код	Наимонование	Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	6,54	13,45	7,80	178,41
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	12649	Хлеб пшеничный ^{Хлеб в ассортименте}	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	620	13,84	25,21	80,72	605,13

Итого: Итого ХЕ: 80,72 6,73

11 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	6,54	13,45	7,80	178,41
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	620	13,84	25,21	80,72	605,13

Итого ХЕ:

6,73

Стоимость рациона: 87,1 руб.

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

	пред	CIGBNIC	тей которых принимает участие в специальной военной операц	7171				
ſ	Сборник	Код	Наименерацие	Выход		Пищев	ая ценност	Ь
	рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

		Суп лапша домашняя					
№ 151/94	1266	Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая с соусом					
		томат.					
ТТК	20563	Свинина б/к (окорок) / Вода / 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) / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	75/15	9,99	20,98	12,51	278,82
240/96	7309	Картофель запеченный	150	3,09	6,86	25,18	174,82
		Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	100	0,00	0,00	20,10	17 1,02
697/97	7820	Компот из ягод замороженной	200	0,26	0,11	25,88	105,55
		Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,20	0,11	20,00	100,00
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
	000	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,20	12,00	30,00
		Рожок обсыпной					
ТТК	1419	Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	100	8,09	6,75	59,43	330,83
·	·	Итого:	765	25,76	39,53	147,32	1 048,09

Итого XE:

12,28

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

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищев	ая ценность	-
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
		Суп лапша домашняя					
№ 151/94	1266	Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая с соусом					
		томат.					
ТТК	20563	Свинина б/к (окорок) / Вода / 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) / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	75/15	9,99	20,98	12,51	278,82
240/96	7309	Картофель запеченный	150	3,09	6,86	25,18	174,82
240/00	7000	Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	100	0,00	0,00	20,10	174,02
697/97	7820	Компот из ягод замороженной	200	0,26	0,11	25,88	105,55
001701	7020	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,20	0,11	20,00	100,00
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
	000	Хлеб пшеничный	2	1,50	0,20	12,00	30,00
		Рожок обсыпной					
ТТК	1419	Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	100	8,09	6,75	59,43	330,83
		Итого:	765	25,76	39,53	147,32	1 048,09
		Magaz VE.				40.00	

Итого ХЕ:

12,28

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (OB3),

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

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист					
ттк	20563	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая с соусом томат.	75/15	9,99	20,98	12,51	278,82
		Свинина б/к (окорок) / Вода / 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) / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная					
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	420	Хлеб пшеничный ^{Хлеб пшеничный}	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ПП	13185	Хлеб ржаной ^{Хлеб ржаной}	30	2,04	0,39	11,94	59,43
		Итого:	700	20,09	33,21	102,29	788,41

Итого ХЕ:

8,52

187,05

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

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ттк	17927	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	90/10	5,05	7,25	25,41	187,05
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				

Итого: 7,25 5,05 25,41 300 Итого ХЕ: 2,12