



Согласовано:

Директор МБУ "Школа № 93"

Пронина И. С.

МЕНЮ

на 04.05.2026

МБУ "Школа № 93"

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
табл 4/94	1314	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Вода / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	4,51	5,80	29,75	189,24
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20758	Печенье Курабье 20гр.для дет.питания Печенье Курабье для дет питания	20	1,40	4,00	13,00	93,60
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88

Итого: 530 13,22 17,16 82,74 544,57**Итого ХЕ: 6,90**

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
табл 4/94	1314	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Вода / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	4,51	5,80	29,75	189,24
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20758	Печенье Курабье 20гр.для дет.питания Печенье Курабье для дет питания	20	1,40	4,00	13,00	93,60
Таб.№24/96	15220	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	55	0,22	0,22	5,39	24,42

Итого: 475 12,88 16,94 75,96 514,11**Итого ХЕ: 6,33**

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
табл 4/94	1314	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Вода / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	4,51	5,80	29,75	189,24
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20758	Печенье Курабье 20гр.для дет.питания Печенье Курабье для дет питания	20	1,40	4,00	13,00	93,60
Таб.№24/96	7773	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	110	0,44	0,33	11,33	50,05

Итого: 530 13,10 17,05 81,90 539,74**Итого ХЕ: 6,83**

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
табл 4/94	1314	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Вода / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	4,51	5,80	29,75	189,24
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18

ТТК	20758	Печенье Курабье 20гр.для дет.питания Печенье Курабье для дет питания	20	1,40	4,00	13,00	93,60
Таб.№24/96	7773	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	110	0,44	0,33	11,33	50,05

Итого: 530 13,10 17,05 81,90 539,74
Итого ХЕ: 6,83

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс, обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / 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)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
107/08	6559	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	30	2,49	2,34	17,71	101,86

Итого: 720 22,54 25,77 101,78 729,25
Итого ХЕ: 8,48

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
416/96	14295	Котлета рубленая из говядины Котлета рубленая из говядины п/ф 62 гр. / Масло растительное	50	8,53	6,77	7,20	123,85
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
107/08	6559	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	30	2,49	2,34	17,71	101,86

Итого: 680 21,77 18,57 101,40 659,85
Итого ХЕ: 8,45

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / 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)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

107/08	6559	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	30	2,49	2,34	17,71	101,86
--------	------	---	----	------	------	-------	--------

Итого: 720 22,54 25,77 101,78 729,25

Итого ХЕ: 8,48

Стоимость рациона: 114,91 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / 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)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
107/08	6559	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	30	2,49	2,34	17,71	101,86
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19

Итого: 795 22,84 26,00 109,51 763,44

Итого ХЕ: 9,13

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / 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)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
107/08	6559	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	30	2,49	2,34	17,71	101,86
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19

Итого: 795 22,84 26,00 109,51 763,44

Итого ХЕ: 9,13

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	6,92	27,76
697/96	1779	Расстегай с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,57	4,37	22,09	157,97

Итого: 250 7,58 4,38 29,01 185,73

Итого ХЕ: 2,42

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	6,92	27,76
697/96	1779	Расстегай с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,57	4,37	22,09	157,97
Таб.№24/96	3598	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	130	1,17	0,26	10,53	49,14
Итого:			380	8,75	4,64	39,54	234,87
Итого ХЕ:						3,29	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел.укроп.петрушка))	50	1,44	2,54	2,68	39,35
49/2013	18515	Салат "Ароматный" Капуста свежая молодая / Огурец свежий д/с / Масло растительное / Вода / Соль пищевая / Лимонная кислота	60	0,27	6,03	0,73	58,25
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лапша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
ТТК	19165	Салат из крабовых палочек с капустой (молодая) Салат из крабовых палочек с капустой (молодая): (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая молодая / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	3,51	5,29	2,46	71,50
ТТК	8603	Салат из свежих фруктов (яблоко,мандарин) Мандарины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,38	0,18	15,30	64,34
Таб.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Первые блюда							
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
Вторые блюда							
ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени отварные с курицей,с маслом : (Пельмени МБ с курицей Кроха / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист)	200	2,25	1,83	4,40	43,80
ТТК	20018	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	180/30	10,82	15,36	56,42	407,15
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина,курица,рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / 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) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
Гарниры и соусы							
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
205/07 ДеЛи принт	16493	Макароны отварные с овощами Макароны отварные с овощами : (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.)	150	5,15	6,58	32,24	208,73

Третьи блюда

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
----------	-----	--	-----	--	--	-------	-------

Хлеб

ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	20739	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	35	2,38	0,46	13,93	69,34

Мучные изделия

ТТК	14074	Бисквит шоколадный Бисквит шоколадный: (Яйцо свежее / Сахар песок / Мука в/с / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 шоколадный / Сахарная пудра)	50	3,37	1,67	29,90	148,11
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
ТТК	20044	Рулет с маком Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Начинка термост. маковая / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	75	5,94	7,17	34,99	228,24

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производства, Сычева Р. И.

Ответственный за питание
СанПиН 2.3/7.43580.20

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

E-mail: eda0910@mail.ru