



МЕНЮ

на 10.11.2025

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	Код	Наимонования		Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	Наименование		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	10323	Бутерброд с сыром (батон) _{Батон / Сыр}		20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная		200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок		200			14,97	66,18
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное		32	2,40	3,14	23,81	133,06
Таб.№24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) яблоко свежее местное		90	0,36	0,36	10,17	45,36
		N-	Итого: того XE:	572	17,86	20,24	95,92 7,99	643,52

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с OB3 с 5 по 11 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценності	•
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
ттк	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
ттк	10323	Бутерброд с сыром (батон) _{Батон / Сыр}	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
_		Итого:	482	17,58	19,89	85,99	593,23

Итого XE:

7,17

7,96

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

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ттк	16323	Бутерброд с сыром (батон) _{Батон / Сыр}	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ттк	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Таб.№24/96	12267	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	95	0,38	0,29	9,79	43,29
		Итого:	577	17.88	20.17	95.54	641.45

Итого XE: 7,96

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

Сборник	Код	Наименование	Выход	ыход Пищевая ценность					
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл		
ттк	10323	Бутерброд с сыром (батон) _{Батон / Сыр}	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67		
Таблица №4/96	6/05	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26		
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18		
ттк	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06		
Таб.№24/96	12207	Десерт фруктовый (груша) _{Груша свежая}	95	0,38	0,29	9,79	43,29		
		Итого	: 577	17,88	20,17	95,54	641,45		

уую смену

Итого ХЕ:

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

		, ,						
Сборник	Код	Наименование	Выход	Белки	Пищевая ценность			
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	

120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ттк	20596	Биточки куриные с соусом томатным Биточки куриные 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) / Масло растительное	90	8,60	11,12	13,88	190,00
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
ттк	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ПП	420	Хлеб пшеничный ^{Хлеб пшеничный}	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ттк	20251	Хлеб ржаной ^{Хлеб ржаной}	20	1,36	0,26	7,96	39,62
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08

 Итого:
 740
 21,64
 27,85
 129,90
 856,78

 Итого XE:
 10,82

7,38

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

Сборник	Код	Наимонероние	Выход		Пищева	ая ценность	•
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
		Щи из свежей капусты с картофелем					
120/96		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
		Биточки куриные с соусом томатным					
ТТК	20000	Биточки куриные 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) / Масло растительное	90	8,60	8,60 11,12 13,88	190,00	
460/2013	10815	Рис отварной с овощами	100	2,48	3,61	24,74	141,37
Самар.обл.		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,40	3,01	24,74	141,57
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
020/001.		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,57	00,10
		Булочка с маком					
ТТК	13465	Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	30	2,58	1,12	17,83	91,72
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
12649		Хлеб в ассортименте	20	1,02	0,10	5,54	+0,00
		Итого:	640	16,70	20,12	88,61	608,62

Итого ХЕ:

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

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищева	ая ценності	•
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
		Щи из свежей капусты с картофелем					
120/96		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
		Биточки куриные с соусом томатным					
ТТК		Биточки куриные 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) / Масло растительное	90	8,60	11,12	13,88	190,00
460/2013	10815	Рис отварной с овощами	100	2,48	3,61	24,74	141,37
Самар.обл.		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,40	3,01	24,74	141,57
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
020/301.		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,57	00,10
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте	20	1,02	0,10	3,04	+0,00
		Булочка с маком					
TTK 13465	Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	30	2,58	1,12	17,83	91,72	
		Итого:	640	16.70	20.12	88.61	608.62

Итого XE: 7,38

Стоимость рациона: 87,1 руб. Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных

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

Сборник	Код	Наимонование	Выход		Пищевая ценность				
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл		
		Щи из свежей капусты с картофелем							
120/96		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47		
ттк		Биточки куриные с соусом томатным Биточки куриные 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) / Масло растительное	90	8,60	11,12	13,88	190,00		
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		
TTI	20620	Напиток из ягод (смесь зам) п.с.	200	0.21	0.05	17 77	72.20		

ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2 28	0 24	14 76	70 32
		Хлеб пшеничный	30	2,20	0,24	14,70	10,32

ттк	20251	Хлеб ржаной ^{Хлеб ржаной}	20	1,36	0,26	7,96	39,62
№769/04	242	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08
ттк	18501	Десерт фруктовый (апельсин) ^{Апельсины свежие}	95	0,86	0,19	7,70	35,91
		Итого:	835	22,49	28,04	137,59	892,69

835 Итого ХЕ:

11,47

11,47

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

Сборник	Код	Начионование	Выход		Пищева	ая ценності	Ь
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
		Щи из свежей капусты с картофелем					
120/96	171	Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
		Биточки куриные с соусом томатным					
ттк	20596	Биточки куриные 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) / Масло растительное	90	8,60	11,12	13,88	190,00
460/2013	6069	Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90
Самар.обл.	0003	Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	130	5,72	5,51	37,12	212,90
ттк	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с.	200	0,21	0,05	17,77	72,39
		Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота		,			
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный		_,	-,	,.	
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
		Хлеб ржаной	20	1,00	0,20	7,00	00,02
		Булочка Домашняя		0.05	0.50	0.4.00	400.00
№769/04	342	Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08
ТТК	18501	Десерт фруктовый (апельсин)	95	0,86	0,19	7,70	35,91
1111	10301	Апельсины свежие	30	0,00	0,19	7,70	33,31
		Итого:	835	22,49	28,04	137,59	892,69

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

Сборник Код рецептур блюда	Код	Наимонараниа	Выход	Пищевая ценность			
	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем					
		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ттк	20596	Биточки куриные с соусом томатным	90	8,60	11,12	13,88	190,00
		Биточки куриные 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) / Масло растительное					
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90
		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,72	0,01	07,12	212,00
ттк	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с.	200	0,21	0,05	17,77	72,39
		Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота					
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный	00	2,20	0,21	14,70	70,02
ттк	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
		Хлеб ржаной					
№769/04	242	Булочка Домашняя	50	3,95	6,56	31,06	199,08
		Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное					
		Итого:	740	21,64	27,85	129,90	856,78

Итого: Итого ХЕ:

10,82

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

Сборник	Код	Наимонования	Выход		•		
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ттк	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ттк	18633	Сырная палочка Сырная палочка: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	75	9,52	7,34	36,59	250,49
		Итого:	275	9,72	7,39	53,34	318,69

Итого ХЕ:

4,44

Полдник 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	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ТТК	18633	Сырная палочка Сырная палочка: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное /	75	9,52	7,34	36,59	250,49