



Согласовано:
директор МБУ "Школа № 93"



Родионов Александр Геннадиевич

МЕНЮ

на 12.01.2023

МБУ "Школа № 93"

класс)

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 284/96 | 9091 | Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 37,00 | 15,52 | 19,45 | 2,89 | 248,69 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 15288 | Батон в ассортименте Батон | 20 | 3,00 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,34 |
| ТТК | 5100 | Булочка Загадка Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Мак / Масло растительное | 50 | 5,00 | 4,77 | 2,02 | 32,87 | 168,74 |
| Таб.№24/96 | 8952 | Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие | 110 | 17,80 | 1,65 | 0,55 | 23,10 | 103,95 |

Итого: 530 67,80 24,44 22,86 84,11 639,90
Итого ХЕ: 7,01

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. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 284/96 | 9091 | Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 37,00 | 15,52 | 19,45 | 2,89 | 248,69 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 15288 | Батон в ассортименте Батон | 20 | 3,00 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,34 |
| ТТК | 5100 | Булочка Загадка Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Мак / Масло растительное | 50 | 5,00 | 4,77 | 2,02 | 32,87 | 168,74 |
| Таб.24/96 | 6673 | Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие | 85 | 13,80 | 1,28 | 0,43 | 17,85 | 80,39 |

Итого: 505 63,80 24,07 22,74 78,86 616,34
Итого ХЕ: 6,57

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 284/96 | 9091 | Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 37,00 | 15,52 | 19,45 | 2,89 | 248,69 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 15288 | Батон в ассортименте Батон | 20 | 3,00 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,34 |
| ТТК | 5100 | Булочка Загадка Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Мак / Масло растительное | 50 | 5,00 | 4,77 | 2,02 | 32,87 | 168,74 |
| Таб.24/96 | 6673 | Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие | 85 | 13,80 | 1,28 | 0,43 | 17,85 | 80,39 |

Итого: 505 63,80 24,07 22,74 78,86 616,34
Итого ХЕ: 6,57

Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------------------|-----------|---|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 284/96 | 9091 | Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное | 150 | 37,00 | 15,52 | 19,45 | 2,89 | 248,69 |
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 15288 | Батон в ассортименте Батон | 20 | 3,00 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,34 |
| ТТК | 5100 | Булочка Загадка Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Мак / Масло растительное | 50 | 5,00 | 4,77 | 2,02 | 32,87 | 168,74 |
| Таб.№24/96 | 8952 | Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие | 110 | 17,80 | 1,65 | 0,55 | 23,10 | 103,95 |

Итого: 530 67,80 24,44 22,86 84,11 639,90
Итого ХЕ: 7,01

класс)

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--------------|-----------|-----------|------------------|------|----------|-------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |

| | | | | | | | | |
|------------|-------|--|--------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 159/97 | 16075 | Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 17,00 | 10,50 | 10,71 | 13,34 | 191,73 |
| ТТК | 18541 | Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное) | 150/75 | 48,00 | 6,67 | 13,74 | 38,59 | 304,71 |
| 697/97 | 7820 | Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота | 200 | 12,00 | 0,26 | 0,11 | 25,88 | 105,55 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,40 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| Таб.№24/96 | 3378 | Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие | 100 | 15,54 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 35,00 |

Итого: 750 94,94 20,13 24,96 97,61 695,59
Итого ХЕ: 8,13

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. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 159/97 | 16075 | Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 17,00 | 10,50 | 10,71 | 13,34 | 191,73 |
| ТТК | 18541 | Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное) | 150/75 | 48,00 | 6,67 | 13,74 | 38,59 | 304,71 |
| 697/97 | 7820 | Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота | 200 | 12,00 | 0,26 | 0,11 | 25,88 | 105,55 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,40 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |

Итого: 650 79,40 19,33 24,76 90,11 660,59
Итого ХЕ: 7,51

по 11 класс

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 159/97 | 16075 | Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 17,00 | 10,50 | 10,71 | 13,34 | 191,73 |
| ТТК | 18541 | Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное) | 150/75 | 48,00 | 6,67 | 13,74 | 38,59 | 304,71 |
| 697/97 | 7820 | Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота | 200 | 12,00 | 0,26 | 0,11 | 25,88 | 105,55 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,40 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |

Итого: 650 79,40 19,33 24,76 90,11 660,59
Итого ХЕ: 7,51

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|-----------------------|-----------|---|-------|------------------|------|----------|-------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| ТТК | 16362 | Салат овощной с крабовыми палочками (яйцо,лук,картоф,морк.свекла. соус) Салат овощной с крабовыми палочками (яйцо,лук,картоф,морк.свекла. соус): (Крабовые палочки / Лук репчатый п/ф / Картофель п/ф / Свекла п/ф / Яйцо свежее / Морковь свежая п/ф / Соус для школьного питания) | 50 | 1,39 | 7,32 | 3,54 | 85,54 |
| №57,59/97 | 12522 | Салат картофельный с солёными огурцами Салат картофельный с солёными огурцами (соус): (Картофель(очищенный) / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Соль йодированная 1 / Соус для школьного питания) | 60 | 1,10 | 6,16 | 5,89 | 83,40 |
| ТТК | 5700 | Салат из моркови Солнышко Морковь свежая п/ф / Изюм / Апельсины свежие / Сахар песок / Лимон свежий | 60 | 0,81 | 0,10 | 13,87 | 59,62 |
| Таб.№24/96 | 5211 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 90 | 0,81 | 0,18 | 7,29 | 34,02 |

Первые блюда

| | | | | | | | |
|--------|-------|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| 159/97 | 16075 | Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота | 200 | 10,50 | 10,71 | 13,34 | 191,73 |
|--------|-------|---|-----|-------|-------|-------|--------|

Вторые блюда

| | | | | | | | |
|-----|-------|--|--------|------|-------|-------|--------|
| ТТК | 18541 | Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное) | 150/75 | 6,67 | 13,74 | 38,59 | 304,71 |
|-----|-------|--|--------|------|-------|-------|--------|

| | | | | | | | |
|------------------------|-------|---|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК | 18963 | Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 423/96 | 1186 | Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / 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 1) / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода | 60/30 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 |
| 455/96 | 7259 | Котлета натуральная рубленая из филе цыплят Котлетное мясо птицы / Масло растительное / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 | 50 | 8,22 | 18,30 | 10,56 | 239,82 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 200/96 | 16303 | Картофель отварной Картофель п/ф | 150 | 3,10 | 0,62 | 25,27 | 119,04 |
| 460/2013 Самар.обл. | 6069 | Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное | 150 | 3,72 | 5,51 | 37,12 | 212,90 |
| 464/96 | 3714 | Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное | 150 | 4,58 | 4,81 | 22,12 | 150,09 |
| Третьи блюда | | | | | | | |
| 628/96;685/2004 | 259 | Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| Хлеб | | | | | | | |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| ПП | 17587 | Хлеб ржанопшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,45 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| №766/04 | 2379 | Сдоба обыкновенная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное / Масло растительное | 50 | 4,25 | 3,17 | 29,65 | 164,13 |
| ТТК | 3089 | Плюшка Новомосковская Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Молоко / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Вода) | 50 | 3,72 | 2,75 | 25,21 | 140,47 |

Итого: 100,00

Зав.производство Сычева Н. И.

Ответственный за питание _____
СанПин 2 / 2.4.590-20

УТВЕРЖДАЮ **"ДРУЖБА"**
Директор ЗАО КШП "Дружба" / _____ / Солоднева Т.В.

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

E-mail: eda0910@mail.ru