



Согласовано:
директор МБУ "Школа № 93"

Родионов Александр Геннадиевич

МЕНЮ

на 12.10.2021



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 |
| 393/97 | 146 | Сосиска отварная Сосиски | 50 | 34,00 | 5,61 | 12,19 | 0,20 | 132,95 |
| 472/96 | 549 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 20,00 | 3,30 | 4,98 | 22,06 | 146,26 |
| Таб.№24/96 | 2523 | Помидор свежий Помидор свежий | 30 | 5,91 | 0,34 | 0,06 | 1,16 | 6,54 |
| 773/97 | 6132 | Отвар шиповника с сахаром Шиповник / Сахар песок / Вода | 160 | 11,00 | 0,54 | 0,22 | 23,70 | 98,94 |
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| Таб.24/96 | 2464 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 100 | 13,00 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 37,80 |
| Итого: | | | | 85,91 | 12,97 | 17,89 | 69,98 | 492,81 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,83 | | | |

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 |
| 393/97 | 146 | Сосиска отварная Сосиски | 50 | 34,00 | 5,61 | 12,19 | 0,20 | 132,95 |
| 472/96 | 145 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 14,00 | 2,20 | 3,44 | 14,70 | 98,56 |
| ТТК | 10500 | Чай с шиповником Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Шиповник / Сахар песок / Вода | 160 | 6,00 | 0,18 | 0,07 | 14,49 | 59,31 |
| пром | 2974 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 40 | 3,00 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 |
| Итого: | | | | 57,00 | 11,03 | 16,02 | 49,07 | 384,58 |
| Итого ХЕ: | | | | | 4,09 | | | |

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 393/97 | 146 | Сосиска отварная Сосиски | 50 | 34,00 | 5,61 | 12,19 | 0,20 | 132,95 |
| 472/96 | 145 | Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 14,00 | 2,20 | 3,44 | 14,70 | 98,56 |
| ТТК | 10500 | Чай с шиповником Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Шиповник / Сахар песок / Вода | 160 | 6,00 | 0,18 | 0,07 | 14,49 | 59,31 |
| пром | 2974 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 40 | 3,00 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 |
| Итого: | | | | 57,00 | 11,03 | 16,02 | 49,07 | 384,58 |
| Итого ХЕ: | | | | | 4,09 | | | |

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 |
| 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 / | 200 | 17,00 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| 403/96 | 18879 | Плов из свинины (окорок) Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Перец черный молотый / Рис / Свинина окорок б/к / Соль йодированная / Томатная паста | 40/150 | 53,00 | 4,90 | 8,80 | 40,08 | 259,14 |
| 698/97 | 10199 | Компот из яблок Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота | 160 | 7,00 | 0,15 | 0,15 | 22,72 | 92,83 |
| Табл №24/94 | 10114 | Помидор свежий Помидор свежий | 35 | 7,41 | 0,39 | 0,07 | 1,36 | 7,63 |
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| | 17099 | Хлеб ржанопшеничный Хлеб в ассортименте | 30 | 2,00 | 2,10 | 0,33 | 12,99 | 63,33 |
| ТТК | 14074 | Бисквит шоколадный Бисквит шоколадный (маффинмикс): (Смесь сухая Маффинмикс 25 шоколадный / Мука в/с / Сахар песок / Яйцо свежее / Вода / Сахарная пудра) | 50 | 12,00 | 3,37 | 1,67 | 29,90 | 148,11 |
| Итого: | | | | 100,41 | 14,85 | 15,32 | 132,83 | 728,62 |
| Итого ХЕ: | | | | | 11,07 | | | |

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 / | 200 | 17,00 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| № 403/96 | 1144 | Плов из свинины (ококор) Свинина ококор б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый | 30/150 | 43,00 | 10,41 | 21,54 | 40,10 | 395,90 |
| 698/97 | 10199 | Компот из яблок Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота | 160 | 7,00 | 0,15 | 0,15 | 22,72 | 92,83 |
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| | 17099 | Хлеб ржанопшеничный Хлеб в ассортименте | 30 | 2,00 | 2,10 | 0,33 | 12,99 | 63,33 |
| Итого: | | | | 71,00 | 16,60 | 26,32 | 101,59 | 709,64 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,47 | | | |

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

| Сборник рецептов | 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 / | 200 | 17,00 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
| № 403/96 | 1144 | Плов из свинины (ококор) Свинина ококор б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый | 30/150 | 43,00 | 10,41 | 21,54 | 40,10 | 395,90 |
| 698/97 | 10199 | Компот из яблок Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота | 160 | 7,00 | 0,15 | 0,15 | 22,72 | 92,83 |
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| | 17099 | Хлеб ржанопшеничный Хлеб в ассортименте | 30 | 2,00 | 2,10 | 0,33 | 12,99 | 63,33 |
| Итого: | | | | 71,00 | 16,60 | 26,32 | 101,59 | 709,64 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,47 | | | |

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

| Сборник рецептов | 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 | 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 | |
| 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 / | 200 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 | |
| Вторые блюда | | | | | | | | |
| ТТК | 18825 | Шницель Золотистый (мясо птицы) Шницель Золотистый п/ф (мясо птицы) Дана / Масло растительное | 50 | 10,08 | 9,30 | 1,89 | 131,55 | |
| 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 (блюда): (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) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло растительное / Рис / Вода | 60/30 | 8,67 | 13,27 | 8,35 | 187,51 | |
| Гарниры и соусы | | | | | | | | |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 | |
| 464/96 | 1958 | Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода | 100 | 3,05 | 3,33 | 14,75 | 101,17 | |
| 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 | | | | | | | | |
| пром | 2974 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 | |
| ПП | 17595 | Хлеб ржанопшеничный Хлеб в ассортименте | 40 | 2,80 | 0,44 | 17,32 | 84,44 | |
| Мучные изделия | | | | | | | | |
| ТТК | 13487 | Булочка Загадка Булочка Загадка (мак): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Вода / Мак / Масло растительное) | 30 | 2,87 | 1,21 | 19,72 | 101,25 | |
| 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 | |
| Итого: | | | | 80,00 | | | | |

Зав.производством Сычева Н. И.

Ответственный за питание /
СанПиН 2.4.2.590-20

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

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

E-mail: eda0910@mail.ru