



Согласовано:  
директор МБУ "Школа № 93"

Родионов Александр Геннадиевич

## МЕНЮ

на 13.01.2023



МБУ "Школа № 93"

### Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное	200/5	24,00	7,33	7,65	35,72	241,05
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
№ 123/08 Муч.	8645	Булочка молочная с сыром Булочка Молочная: (Мука в/с / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Молоко / Масло растительное / Сахар песок) / Сыр	20/50	27,00	9,83	8,03	28,94	227,35
Таб.№24/96	8889	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	60	9,80	0,48	0,12	4,50	21,00
<b>Итого:</b>			<b>535</b>	<b>67,80</b>	<b>17,72</b>	<b>15,81</b>	<b>84,37</b>	<b>550,65</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,03</b>			

### 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
ТТК	17210	Нагетсы куриные рубленые Филе куриное охл. / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Масло растительное	45	36,00	12,02	3,35	2,24	87,13
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,80	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	15109	Печенье Сахарное 1шт Печенье сахарное	20	3,00	1,60	1,80	15,60	85,00
<b>Итого:</b>			<b>450</b>	<b>63,80</b>	<b>20,94</b>	<b>10,25</b>	<b>72,39</b>	<b>465,51</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,03</b>			

### 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
ТТК	17210	Нагетсы куриные рубленые Филе куриное охл. / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Соль йодированная 1 / Масло растительное	45	36,00	12,02	3,35	2,24	87,13
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,80	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	15109	Печенье Сахарное 1шт Печенье сахарное	20	3,00	1,60	1,80	15,60	85,00
<b>Итого:</b>			<b>450</b>	<b>63,80</b>	<b>20,94</b>	<b>10,25</b>	<b>72,39</b>	<b>465,51</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,03</b>			

### 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
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное	200/5	24,00	7,33	7,65	35,72	241,05
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
№ 123/08 Муч.	8645	Булочка молочная с сыром Булочка Молочная: (Мука в/с / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Молоко / Масло растительное / Сахар песок) / Сыр	20/50	27,00	9,83	8,03	28,94	227,35
Таб.№24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	130	20,86	1,04	0,26	9,75	45,50
<b>Итого:</b>			<b>605</b>	<b>78,86</b>	<b>18,28</b>	<b>15,95</b>	<b>89,62</b>	<b>575,15</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,47</b>			

класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловый набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Зелень	200	14,00	9,08	10,61	7,74	162,76

249/011Дели принт	17309	<b>Рыба минтай запеченная в омлете</b> СМР Минтай п/ф пбг / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1	50	32,00	10,68	3,77	1,73	83,60
460/2013 Самар.обл.	6069	<b>Рис отварной с овощами</b> Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло	150	13,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	19093	<b>Морс черносмородиновый (концентрат)</b> Концентрат черносмор. / Вода	200	15,00			16,50	66,00
ПП	198	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
№769/04	11807	<b>Булочка Домашняя</b> Булочка Домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Вода / Масло растительное)	30	6,00	2,36	3,87	18,52	118,35
Таб.№24/96	5625	<b>Десерт фруктовый (апельсин)</b> Апельсины свежие	70	11,54	0,63	0,14	5,67	26,46
<b>Итого:</b>			735	94,94	29,12	24,18	104,50	752,12
<b>Итого ХЕ:</b>					8,71			

**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
120/96	15250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне</b> Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Зелень	200	14,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	6403	<b>Котлета Самарская аппетитка</b> Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Яйцо свежее / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Мука в/с / Вода / Масло растительное	50	44,00	11,03	11,58	4,76	167,38
460/2013 Самар.обл.	6069	<b>Рис отварной с овощами</b> Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло	150	13,00	3,72	5,51	37,12	212,90
628/96;685/200 4	259	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	198	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
<b>Итого:</b>			635	79,40	27,49	28,23	81,81	691,26
<b>Итого ХЕ:</b>					6,82			

**по 11 класс**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
120/96	15250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне</b> Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Зелень	200	14,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	6403	<b>Котлета Самарская аппетитка</b> Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Яйцо свежее / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Мука в/с / Вода / Масло растительное	50	44,00	11,03	11,58	4,76	167,38
460/2013 Самар.обл.	6069	<b>Рис отварной с овощами</b> Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло	150	13,00	3,72	5,51	37,12	212,90
628/96;685/200 4	259	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	198	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
<b>Итого:</b>			635	79,40	27,49	28,23	81,81	691,26
<b>Итого ХЕ:</b>					6,82			

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
43/97	11525	<b>Салат "Степной"</b> Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Соус для школьного питания	50	1,01	3,44	4,50	53,00
ТТК	7847	<b>Салат из крабовых палочек с капустой</b> Крабовые палочки / Яйцо свежее / Лук репчатый п/ф / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Лимонная кислота / Вода / Соус для школьного питания	40	2,95	4,24	2,34	59,33
ТТК	183	<b>Яйцо под соусом с зеленым горошком</b> Яйцо свежее / Соус для школьного питания / Горошек зеленый консервированный	0,5/10/10	3,30	9,03	1,51	100,51
ТТК	7104	<b>Салат из свежих фруктов (яблоко,мандарин)</b> Яблоко свежее / Мандарины свежие / Сахар песок	50	0,31	0,15	14,24	59,55
Таб.№24/96	5211	<b>Десерт фруктовый (апельсин)</b> Апельсины свежие	90	0,81	0,18	7,29	34,02

**Первые блюда**

120/96	15250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне</b> Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Зелень	200	9,08	10,61	7,74	162,76
--------	-------	---	-----	------	-------	------	--------

**Вторые блюда**

ТТК	14222	<b>Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.</b> Блинчики с пылу с жару п/ф / Молоко сгущенное	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10
ТТК	6403	<b>Котлета Самарская аппетитка</b> Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Яйцо свежее / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Мука в/с / Вода / Масло растительное	50	11,03	11,58	4,76	167,38

ТТК	13272	<b>Медальоны из куриного филе</b> Филе Медальон / Масло растительное	55	9,50	8,80	7,28	146,31
401/96	6465	<b>Гуляш из свинины (окорок)</b> Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69
455/96	7259	<b>Котлета натуральная рубленая из филе цыплят</b> Котлетное мясо птицы / Масло растительное / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Соль йодированная 1	50	8,22	18,30	10,56	239,82
<b>Гарниры и соусы</b>							
469/96;516/3/0 4	1669	<b>Макаронны отварные</b> Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
460/2013 Самар.обл.	6069	<b>Рис отварной с овощами</b> Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	3,72	5,51	37,12	212,90
215/96	3794	<b>Рагу овощное с соусом томатным</b> Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / 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) / Перец черный молотый / Лавровый лист / Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Капуста свежая п/ф очищ.	125	1,73	7,09	12,78	121,85
<b>Третьи блюда</b>							
628/96;685/200 4	259	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
ПП	365	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ПП	17587	<b>Хлеб ржанопшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	5100	<b>Булочка Загадка</b> Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Мак / Масло растительное	50	4,77	2,02	32,87	168,74
ТТК	10164	<b>Булочка с кунжутом</b> Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее	50	4,31	1,17	28,26	140,81

**Итого: 100,00**

Зав.производства Сычева Н. И.

Ответственный за питание \_\_\_\_\_  
СанПин 2.4.2.4.560-20

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

Россия, 445003, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru

