



Согласовано:  
директор МБУ "Школа № 93"

Родионов Александр Геннадиевич

# МЕНЮ

на 13.09.2024



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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
таб.№4 2004г.	17502	Каша молочная кукурузная с маслом Каша молочная кукурузная жидкая : (Молоко / Вода // Сахар песок / Соль йодированная) / Масло сливочное	200/5	34,00	6,59	7,63	37,19	243,82
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
Таб.№24/96	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	10,58	0,30	0,30	7,35	33,30
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>74,58</b>	<b>14,86</b>	<b>14,72</b>	<b>72,50</b>	<b>481,90</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,04</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
таб.№4 2004г.	17502	Каша молочная кукурузная с маслом Каша молочная кукурузная жидкая : (Молоко / Вода // Сахар песок / Соль йодированная) / Масло сливочное	200/5	34,00	6,59	7,63	37,19	243,82
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,40	0,06	0,06	13,38	54,30
<b>Итого:</b>			<b>445</b>	<b>66,40</b>	<b>13,62</b>	<b>14,22</b>	<b>63,56</b>	<b>436,73</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,30</b>			

**по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
таб.№4 2004г.	17502	Каша молочная кукурузная с маслом Каша молочная кукурузная жидкая : (Молоко / Вода // Сахар песок / Соль йодированная) / Масло сливочное	200/5	34,00	6,59	7,63	37,19	243,82
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,40	0,06	0,06	13,38	54,30
<b>Итого:</b>			<b>445</b>	<b>66,40</b>	<b>13,62</b>	<b>14,22</b>	<b>63,56</b>	<b>436,73</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,30</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
таб.№4 2004г.	17502	Каша молочная кукурузная с маслом Каша молочная кукурузная жидкая : (Молоко / Вода // Сахар песок / Соль йодированная) / Масло сливочное	200/5	34,00	6,59	7,63	37,19	243,82
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,40	0,06	0,06	13,38	54,30
Таб.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	20,35	0,32	0,24	8,24	36,40
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>86,75</b>	<b>13,94</b>	<b>14,46</b>	<b>71,80</b>	<b>473,13</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,98</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
таб.№4 2004г.	17502	Каша молочная кукурузная с маслом Каша молочная кукурузная жидкая : (Молоко / Вода // Сахар песок / Соль йодированная) / Масло сливочное	200/5	34,00	6,59	7,63	37,19	243,82
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,40	0,06	0,06	13,38	54,30
Таб.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	20,35	0,32	0,24	8,24	36,40
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>86,75</b>	<b>13,94</b>	<b>14,46</b>	<b>71,80</b>	<b>473,13</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,98</b>			

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

Сборник рецептов	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 Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18987	Котлета рыбная "Веста" из минтая Котлета рыбная "Веста" из минтая п/ф 80г. / Масло растительное	70	37,00	9,65	8,93	5,68	141,65
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90
Таб.№24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	7,00	0,21	0,03	0,58	3,43
ТТК 19.06.17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,00	0,16	0,06	21,88	88,70
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,60	3,04	0,32	19,68	93,76
Таб.24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	80	14,83	0,72	0,16	6,48	30,24
<b>Итого:</b>			<b>770</b>	<b>104,43</b>	<b>26,58</b>	<b>25,61</b>	<b>99,16</b>	<b>733,45</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,26</b>			

**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	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18987	Котлета рыбная "Веста" из минтая Котлета рыбная "Веста" из минтая п/ф 80г. / Масло растительное	70	37,00	9,65	8,93	5,68	141,65
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК 19.06.17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,00	0,16	0,06	21,88	88,70
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,60	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Итого:</b>			<b>660</b>	<b>82,60</b>	<b>25,65</b>	<b>25,42</b>	<b>92,10</b>	<b>699,78</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,67</b>			

**11 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 Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18987	Котлета рыбная "Веста" из минтая Котлета рыбная "Веста" из минтая п/ф 80г. / Масло растительное	70	37,00	9,65	8,93	5,68	141,65
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК 19.06.17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,00	0,16	0,06	21,88	88,70
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,60	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Итого:</b>			<b>660</b>	<b>82,60</b>	<b>25,65</b>	<b>25,42</b>	<b>92,10</b>	<b>699,78</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,67</b>			

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18987	Котлета рыбная "Веста" из минтая Котлета рыбная "Веста" из минтая п/ф 80г. / Масло растительное	70	37,00	9,65	8,93	5,68	141,65
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК 19.06.17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,00	0,16	0,06	21,88	88,70
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,60	3,04	0,32	19,68	93,76
Таб.№24/96	6166	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	210	38,86	1,89	0,42	17,01	79,38
<b>Итого:</b>			<b>870</b>	<b>121,46</b>	<b>27,54</b>	<b>25,84</b>	<b>109,11</b>	<b>779,16</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>9,09</b>			

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18987	Котлета рыбная "Веста" из минтая Котлета рыбная "Веста" из минтая п/ф 80г. / Масло растительное	70	37,00	9,65	8,93	5,68	141,65
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90

ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,00	0,16	0,06	21,88	88,70
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,60	3,04	0,32	19,68	93,76
Таб.№24/96	6166	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	210	38,86	1,89	0,42	17,01	79,38

**Итого:** 870 121,46 27,54 25,84 109,11 779,16  
**Итого ХЕ:** 9,09

**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 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 Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
ТТК	18987	Котлета рыбная "Веста" из минтая Котлета рыбная "Веста" из минтая п/ф 80г. / Масло растительное	70	37,00	9,65	8,93	5,68	141,65
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,00	3,72	5,51	37,12	212,90
Таб.№24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	7,00	0,21	0,03	0,58	3,43
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,00	0,16	0,06	21,88	88,70
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,60	3,04	0,32	19,68	93,76
Таб.24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	80	14,83	0,72	0,16	6,48	30,24

**Итого:** 770 104,43 26,58 25,61 99,16 733,45  
**Итого ХЕ:** 8,26

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
579/2013г.	8540	Чай с шиповником Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	10,00	0,24	0,10	18,35	75,26
ТТК	19744	Мясное кулинарное изделие запеченное в тесте Яйцо свежее / Мука в/с / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	25/50	25,86	7,44	7,76	29,95	219,40

**Итого:** 275 35,86 7,68 7,86 48,30 294,66  
**Итого ХЕ:** 4,02

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
579/2013г.	8540	Чай с шиповником Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	10,00	0,24	0,10	18,35	75,26
ТТК	19744	Мясное кулинарное изделие запеченное в тесте Яйцо свежее / Мука в/с / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	25/50	25,86	7,44	7,76	29,95	219,40
ТТК	18232	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	80	18,27	1,25	0,42	17,43	78,44

**Итого:** 355 54,13 8,92 8,28 65,73 373,10  
**Итого ХЕ:** 5,48

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	10362	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
Сб.рецепт.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)	50	1,44	2,54	2,68	39,35
ТТК	20193	Салат Школьные годы Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Помидор свежий / Масло растительное	75	0,26	7,53	0,86	72,28
19/2004	4792	Салат из свежих помидоров с луком Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная / Перец черный молотый	60	0,68	3,09	3,47	44,41
Таб 24 /96г.	20252	Дыня свежая (очищенная) Дыня св.	120	1,12	0,56	13,84	64,89
ТТК	20253	Десерт фруктовый (персик без кост.) Персики св.	90	0,90	0,10	9,50	42,50

**Первые блюда**

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

**Вторые блюда**

№394/96	20285	Жаркое по-домашнему из филе цыплят Картофель п/ф / Филе куриное зам. / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/125	15,26	9,46	17,72	217,08
---------	-------	---	--------	-------	------	-------	--------

ТТК	20018	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	180/30	10,82	15,36	56,42	407,15
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
ТТК	6403	Котлета Самарская аппетитка Яйцо свежее / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Сухари панировочные / Мука в/с	50	11,03	11,58	4,76	167,38
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.	50	7,04	19,80	0,19	207,12

#### Гарниры и соусы

472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
465/96;511/3/0 4	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84

#### Третьи блюда

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
----------	-----	---	-----	------	------	-------	-------

#### Хлеб

ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62

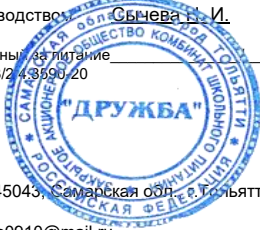
#### Мучные изделия

№766/04	2379	Сдоба обыкновенная Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Масло растительное	50	4,25	3,17	29,65	164,13
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	4,31	1,17	28,26	140,81
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39

**Итого: 130,00**

Зав.производства: Сычева Н. И.

Ответственный за питание  
СанПин 2.3/2.4.3690.20



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

E-mail: eda0910@mail.ru