



Согласовано:  
директор МБУ "Школа № 93"



Родионов Александр Геннадиевич

## МЕНЮ

на 13.12.2021

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         |
| Таб.№24/96       | 5169      | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая                                                                                                                        | 150       | 34,20        | 0,86             | 0,65         | 22,15         | 97,89         |
| Таб№4/96         | 9742      | Каша молочная ячневая с маслом<br>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное                                                                        | 200/5     | 21,00        | 7,33             | 7,65         | 35,72         | 241,05        |
| 762/97           | 7680      | Кофейный напиток с молоком<br>Молоко / Кофейный напиток / Сахар песок / Вода                                                                                    | 160       | 11,00        | 2,72             | 2,36         | 18,50         | 106,12        |
| № 123/08 Муч.    | 1648      | Булочка Молочная с сыром<br>Булочка Молочная: (Мука в/с / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Молоко / Масло растительное / Сахар песок) / Сыр | 25/50     | 30,00        | 11,22            | 9,80         | 28,94         | 248,84        |
| <b>Итого:</b>    |           |                                                                                                                                                                 |           | <b>96,20</b> | <b>22,13</b>     | <b>20,46</b> | <b>105,31</b> | <b>693,90</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |                                                                                                                                                                 |           |              | <b>8,78</b>      |              |               |               |

### 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         |
| таб.25/96        | 1169      | Сыр порционный<br>Сыр                                                                    | 25        | 21,00        | 6,03             | 7,67         |              | 93,15         |
| Таб№4/96         | 9742      | Каша молочная ячневая с маслом<br>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное | 200/5     | 21,00        | 7,33             | 7,65         | 35,72        | 241,05        |
| 762/97           | 7680      | Кофейный напиток с молоком<br>Молоко / Кофейный напиток / Сахар песок / Вода             | 160       | 11,00        | 2,72             | 2,36         | 18,50        | 106,12        |
| ПП               | 15228     | Батон в ассортименте<br>Батон                                                            | 35        | 4,00         | 2,63             | 1,02         | 17,99        | 91,60         |
| <b>Итого:</b>    |           |                                                                                          |           | <b>57,00</b> | <b>18,71</b>     | <b>18,70</b> | <b>72,21</b> | <b>531,92</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |                                                                                          |           |              | <b>6,02</b>      |              |              |               |

### Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование                                                                             | Выход гр. | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |              |               |
|------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                  |           |                                                                                          |           |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккалл         |
| таб.25/96        | 1169      | Сыр порционный<br>Сыр                                                                    | 25        | 21,00        | 6,03             | 7,67         |              | 93,15         |
| Таб№4/96         | 9742      | Каша молочная ячневая с маслом<br>Крупа ячневая / Молоко / Сахар песок / Масло сливочное | 200/5     | 21,00        | 7,33             | 7,65         | 35,72        | 241,05        |
| 762/97           | 7680      | Кофейный напиток с молоком<br>Молоко / Кофейный напиток / Сахар песок / Вода             | 160       | 11,00        | 2,72             | 2,36         | 18,50        | 106,12        |
| ПП               | 15228     | Батон в ассортименте<br>Батон                                                            | 35        | 4,00         | 2,63             | 1,02         | 17,99        | 91,60         |
| <b>Итого:</b>    |           |                                                                                          |           | <b>57,00</b> | <b>18,71</b>     | <b>18,70</b> | <b>72,21</b> | <b>531,92</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |                                                                                          |           |              | <b>6,02</b>      |              |              |               |

### 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         |
| Таб.№24/96       | 7979      | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 210       | 29,70         | 3,15             | 1,05         | 44,10         | 198,45        |
| 132/96           | 15261     | Суп из овощей на кур. бульоне<br>Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый / Зелень                                                        | 200       | 18,00         | 8,70             | 9,56         | 9,46          | 158,72        |
| 416/96           | 5456      | Биточки рубленые из говядины с соусом<br>Хлеб пшеничный / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное / 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 / Перец черный молотый) / Сухари панировочные | 50/30     | 33,00         | 8,96             | 8,32         | 10,12         | 151,20        |
| 469/96;516/3/04  | 1669      | Макаронные изделия отварные<br>Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 150       | 8,00          | 5,65             | 4,29         | 36,02         | 205,29        |
|                  | 13412     | Сок в ассортименте 0,2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           | 18,00         |                  |              | 11,50         | 46,00         |
| ПП               | 365       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 25        | 2,00          | 1,90             | 0,20         | 12,30         | 58,60         |
| ПП               | 1561      | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 25        | 2,00          | 1,70             | 0,33         | 9,95          | 49,57         |
| <b>Итого:</b>    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           | <b>110,70</b> | <b>30,06</b>     | <b>23,75</b> | <b>133,45</b> | <b>867,83</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |               | <b>11,12</b>     |              |               |               |

### 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 |

|        |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |     |       |      |      |      |        |
|--------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|------|------|------|--------|
| 132/96 | 15261 | <b>Суп из овощей на кур. бульоне</b><br>Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суловой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый / Зелень | 200 | 18,00 | 8,70 | 9,56 | 9,46 | 158,72 |
|--------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|------|------|------|--------|

|                     |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |              |              |              |              |               |
|---------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 416/96              | 5456  | <b>Биточки рубленые из говядины с соусом</b><br>Хлеб пшеничный / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное / 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 / Перец черный молотый) / Сухари панировочные | 50/30 | 33,00        | 8,96         | 8,32         | 10,12        | 151,20        |
| 469/96;516/3/0<br>4 | 1669  | <b>Макароны отварные</b><br>Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 150   | 8,00         | 5,65         | 4,29         | 36,02        | 205,29        |
| 698/97              | 10199 | <b>Компот из яблок</b><br>Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 160   | 9,00         | 0,15         | 0,15         | 22,72        | 92,83         |
| ПП                  | 198   | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 35    | 3,00         | 2,66         | 0,28         | 17,22        | 82,04         |
| <b>Итого:</b>       |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       | <b>71,00</b> | <b>26,12</b> | <b>22,60</b> | <b>95,54</b> | <b>690,08</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |              | <b>7,96</b>  |              |              |               |

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств**

| Сборник рецептур    | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Выход гр. | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |              |               |
|---------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккал          |
| 132/96              | 15261     | <b>Суп из овощей на кур. бульоне</b><br>Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суловой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый / Зелень                                                       | 200       | 18,00        | 8,70             | 9,56         | 9,46         | 158,72        |
| 416/96              | 5456      | <b>Биточки рубленые из говядины с соусом</b><br>Хлеб пшеничный / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное / 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 / Перец черный молотый) / Сухари панировочные | 50/30     | 33,00        | 8,96             | 8,32         | 10,12        | 151,20        |
| 469/96;516/3/0<br>4 | 1669      | <b>Макароны отварные</b><br>Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 150       | 8,00         | 5,65             | 4,29         | 36,02        | 205,29        |
| 698/97              | 10199     | <b>Компот из яблок</b><br>Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 160       | 9,00         | 0,15             | 0,15         | 22,72        | 92,83         |
| ПП                  | 198       | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 35        | 3,00         | 2,66             | 0,28         | 17,22        | 82,04         |
| <b>Итого:</b>       |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           | <b>71,00</b> | <b>26,12</b>     | <b>22,60</b> | <b>95,54</b> | <b>690,08</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |              | <b>7,96</b>      |              |              |               |

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

| Сборник рецептур       | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Выход  | Пищевая ценность |      |          |        |
|------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------|------|----------|--------|
|                        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал   |
| <b>Холодные блюда</b>  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |                  |      |          |        |
| 43/97                  | 11525     | <b>Салат "Степной"</b><br>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  |
| Таб.№24/96             | 12397     | <b>Русский разносол</b><br>Огурцы соленые / Помидоры соленые / Капуста квашеная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 60     | 0,79             | 0,07 | 1,77     | 10,87  |
| ТТК                    | 9014      | <b>Салат из моркови Солнышко</b><br>Морковь свежая п/ф / Изюм / Апельсины свежие / Сахар песок / Лимон свежий                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 50     | 6,60             | 0,80 | 114,80   | 492,80 |
| Таб.№24/96             | 8209      | <b>Десерт фруктовый (апельсин)</b><br>Апельсины свежие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 60     | 0,54             | 0,12 | 4,86     | 22,68  |
| <b>Первые блюда</b>    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |                  |      |          |        |
| 132/96                 | 15261     | <b>Суп из овощей на кур. бульоне</b><br>Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суловой набор) / Соль йодированная / Лавровый лист / Перец черный молотый / Зелень                                                       | 200    | 8,70             | 9,56 | 9,46     | 158,72 |
| <b>Вторые блюда</b>    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |                  |      |          |        |
| ТТК                    | 17244     | <b>Наггетсы натуральные в красной панировке</b><br>Наггетсы куриные (Дана) / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 45     | 9,74             | 6,34 | 8,86     | 131,45 |
| 416/96                 | 5456      | <b>Биточки рубленые из говядины с соусом</b><br>Хлеб пшеничный / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное / 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 / Перец черный молотый) / Сухари панировочные | 50/30  | 8,96             | 8,32 | 10,12    | 151,20 |
| ТТК                    | 14222     | <b>Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.</b><br>Блинчики с пылу с жару п/ф / Молоко сгущенное                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 135/15 | 8,38             | 2,64 | 59,71    | 296,10 |
| <b>Гарниры и соусы</b> |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |                  |      |          |        |
| 469/96;516/3/0<br>4    | 1669      | <b>Макароны отварные</b><br>Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 150    | 5,65             | 4,29 | 36,02    | 205,29 |
| 465/96;511/3/0<br>4    | 254       | <b>Рис отварной</b><br>Рис / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 100    | 2,52             | 4,86 | 26,64    | 160,34 |
| <b>Третьи блюда</b>    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |                  |      |          |        |
| 628/96                 | 10781     | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 160    | 0,80             | 0,20 | 13,47    | 58,92  |
| <b>Мучные изделия</b>  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |                  |      |          |        |
| ТТК                    | 5295      | <b>Булочка с маком</b><br>Булочка с маком: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак / Вода / Масло растительное)                                                                                                                                                                                                                                 | 50     | 4,31             | 1,87 | 29,72    | 152,95 |
| ТТК                    | 7198      | <b>Булочка с льняной посыпкой</b><br>Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Соль йодированная / Посыпка специальная Прованс / Вода                                                                                                                                                                                                                        | 50     | 4,40             | 1,77 | 29,71    | 152,37 |

**Хлеб**

|    |     |                                  |    |      |      |       |       |
|----|-----|----------------------------------|----|------|------|-------|-------|
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
|----|-----|----------------------------------|----|------|------|-------|-------|

**Итого:** 80,00

Зав.производством Сычева Н. И.

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ /  
СанПин 2.3.2.4.0590-20

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

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

E-mail: eda0910@mail.ru