



Согласовано:  
директор МБУ "Школа № 93"

Родионов Александр Геннадиевич

## МЕНЮ

на 14.09.2022



МБУ "Школа № 93"

класс)

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование  | Выход гр.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |             |               |               |
|------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|-------------|---------------|---------------|
|                  |           |   |            |              | Белки            | Жиры        | Углеводы      | Ккалл         |
| 315/2004         | 6332      | Запеканка рисовая с творогом и молок. сгущ<br>Рис / Вода / творог / Яйцо свежее / Сахар песок / Ванилин / Масло сливочное / Сухари панировочные // Молоко сгущенное | 130/20     | 37,00        | 9,11             | 7,50        | 51,63         | 310,46        |
| 628/96           | 5520      | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок  | 180        | 4,20         | 0,90             | 0,23        | 13,47         | 59,55         |
| Таб.№24/96       | 6142      | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие   | 190        | 21,00        | 2,85             | 0,95        | 39,90         | 179,55        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>520</b> | <b>62,20</b> | <b>12,86</b>     | <b>8,68</b> | <b>105,00</b> | <b>549,56</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>8,75</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         |
| 315/2004         | 6332      | Запеканка рисовая с творогом и молок. сгущ<br>Рис / Вода / творог / Яйцо свежее / Сахар песок / Ванилин / Масло сливочное / Сухари панировочные // Молоко сгущенное | 130/20     | 37,00        | 9,11             | 7,50        | 51,63         | 310,46        |
| 629/96           | 9848      | Чай лимонный<br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода   | 180        | 5,80         | 0,07             | 0,01        | 13,69         | 55,13         |
| Таб.№24/96       | 6142      | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие   | 190        | 21,00        | 2,85             | 0,95        | 39,90         | 179,55        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>520</b> | <b>63,80</b> | <b>12,03</b>     | <b>8,46</b> | <b>105,22</b> | <b>545,14</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>8,77</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         |
| 315/2004         | 6332      | Запеканка рисовая с творогом и молок. сгущ<br>Рис / Вода / творог / Яйцо свежее / Сахар песок / Ванилин / Масло сливочное / Сухари панировочные // Молоко сгущенное | 130/20     | 37,00        | 9,11             | 7,50        | 51,63         | 310,46        |
| 629/96           | 9848      | Чай лимонный<br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода   | 180        | 5,80         | 0,07             | 0,01        | 13,69         | 55,13         |
| Таб.№24/96       | 6142      | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие   | 190        | 21,00        | 2,85             | 0,95        | 39,90         | 179,55        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>520</b> | <b>63,80</b> | <b>12,03</b>     | <b>8,46</b> | <b>105,22</b> | <b>545,14</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>8,77</b>      |             |               |               |

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<br>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        | 16,00        | 1,66             | 4,06         | 11,02         | 87,26         |
| 401/96           | 6465      | Гуляш из свинины (окорок)<br>Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная  | 30/30      | 34,00        | 6,87             | 17,81        | 2,98          | 199,69        |
| 469/96;516/3/04  | 1669      | Макаронные отварные<br>Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода  | 150        | 9,00         | 5,65             | 4,29         | 36,02         | 205,29        |
| Таб.№24/96       | 5968      | Огурец свежий<br>Огурец свежий   | 40         | 6,00         | 0,29             | 0,04         | 0,78          | 4,64          |
| 698/97           | 8851      | Компот из яблок<br>Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота   | 180        | 11,00        | 0,16             | 0,16         | 25,57         | 104,36        |
| ПП               | 198       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный   | 35         | 3,40         | 2,66             | 0,28         | 17,22         | 82,04         |
| ТТК              | 13441     | Витушка с маком<br>Мука в/с / Молоко / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Мак  | 50         | 7,70         | 4,70             | 3,10         | 31,54         | 172,86        |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>715</b> | <b>87,10</b> | <b>21,99</b>     | <b>29,74</b> | <b>125,13</b> | <b>856,14</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |              | <b>10,43</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  |
| 110/96           | 168       | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>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       | 16,00     | 1,66             | 4,06  | 11,02    | 87,26  |
| 401/96           | 6465      | Гуляш из свинины (окорок)<br>Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная  | 30/30     | 34,00     | 6,87             | 17,81 | 2,98     | 199,69 |

|                     |      |  |            |              |              |              |              |               |
|---------------------|------|--|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 469/96;516/3/0<br>4 | 1669 | Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода               | 150        | 9,00         | 5,65         | 4,29         | 36,02        | 205,29        |
| Таб.№24/96          | 5968 | Огурец свежий<br>Огурец свежий   | 40         | 6,00         | 0,29         | 0,04         | 0,78         | 4,64          |
| 698/97              | 8851 | Компот из яблок<br>Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота | 180        | 11,00        | 0,16         | 0,16         | 25,57        | 104,36        |
| ПП                  | 198  | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный   | 35         | 3,40         | 2,66         | 0,28         | 17,22        | 82,04         |
| <b>Итого:</b>       |      |  | <b>665</b> | <b>79,40</b> | <b>17,29</b> | <b>26,64</b> | <b>93,59</b> | <b>683,28</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |      |  |            |              | <b>7,80</b>  |              |              |               |

**по 11 класс**

| Сборник рецептур    | Код блюда | Наименование   | Выход гр.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |              |               |
|---------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                     |           |  |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккал          |
| 110/96              | 168       | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>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        | 16,00        | 1,66             | 4,06         | 11,02        | 87,26         |
| 401/96              | 6465      | Гуляш из свинины (окорок)<br>Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная  | 30/30      | 34,00        | 6,87             | 17,81        | 2,98         | 199,69        |
| 469/96;516/3/0<br>4 | 1669      | Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода   | 150        | 9,00         | 5,65             | 4,29         | 36,02        | 205,29        |
| Таб.№24/96          | 5968      | Огурец свежий<br>Огурец свежий   | 40         | 6,00         | 0,29             | 0,04         | 0,78         | 4,64          |
| 698/97              | 8851      | Компот из яблок<br>Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота   | 180        | 11,00        | 0,16             | 0,16         | 25,57        | 104,36        |
| ПП                  | 198       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный   | 35         | 3,40         | 2,66             | 0,28         | 17,22        | 82,04         |
| <b>Итого:</b>       |           |  | <b>665</b> | <b>79,40</b> | <b>17,29</b>     | <b>26,64</b> | <b>93,59</b> | <b>683,28</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |  |            |              | <b>7,80</b>      |              |              |               |

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

| Сборник рецептур       | Код блюда | Наименование   | Выход         | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------------|-----------|--|---------------|------------------|-------|----------|--------|
|                        |           |  |               | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| <b>Холодные блюда</b>  |           |  |               |                  |       |          |        |
| 43/97                  | 11525     | Салат "Степной"<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  |
| 19/2004                | 4792      | Салат из свежих помидоров с луком<br>Лимонная кислота / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное / Перец черный молотый / Помидор свежий / Лук репчатый п/ф  | 60            | 0,68             | 3,09  | 3,47     | 44,41  |
| таб.24/96              | 18863     | Десерт фруктовый (нектарин без косточки)<br>Нектарин   | 45            | 0,45             |       | 5,25     | 22,80  |
| Таб №24/96г            | 9515      | Арбуз очищенный<br>Арбуз св.   | 150           | 1,73             | 0,29  | 16,70    | 76,33  |
| <b>Первые блюда</b>    |           |  |               |                  |       |          |        |
| 110/96                 | 168       | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>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  |
| <b>Вторые блюда</b>    |           |  |               |                  |       |          |        |
|                        | 17940     | Блинчики с молоком сгущ.<br>Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное   | 165/15        | 9,01             | 13,00 | 44,68    | 331,74 |
| ТТК                    | 17168     | Наггетсы натуральные в красной панировке<br>Наггетсы куриные (Дана) / Масло растительное   | 55            | 11,51            | 7,13  | 10,47    | 152,08 |
| 455/96                 | 7259      | Котлета натуральная рубленая из филе цыплят<br>Котлетное мясо птицы / Масло растительное / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Соль йодированная   | 50            | 8,22             | 18,30 | 10,56    | 239,82 |
| <b>Гарниры и соусы</b> |           |  |               |                  |       |          |        |
| 472/96                 | 549       | Картофельное пюре<br>Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная  | 150           | 3,30             | 4,98  | 22,06    | 146,26 |
| 469/96                 | 15763     | Спагетти отварные<br>Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное   | 150           | 5,60             | 5,66  | 35,88    | 216,84 |
| <b>Третьи блюда</b>    |           |  |               |                  |       |          |        |
| 628/96                 | 5520      | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок   | 180           | 0,90             | 0,23  | 13,47    | 59,55  |
| <b>Хлеб</b>            |           |  |               |                  |       |          |        |
| ПП                     | 365       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный   | 25            | 1,90             | 0,20  | 12,30    | 58,60  |
| ПП                     | 17587     | Хлеб ржанопшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 25            | 1,98             | 0,25  | 12,08    | 58,45  |
| <b>Мучные изделия</b>  |           |  |               |                  |       |          |        |
| ТТК                    | 2316      | Рожок обсыпной<br>Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло сливочное  | 50            | 4,04             | 3,38  | 29,56    | 164,82 |
| ТТК                    | 13441     | Витушка с маком<br>Мука в/с / Молоко / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Мак  | 50            | 4,70             | 3,10  | 31,54    | 172,86 |
| <b>Итого:</b>          |           |  | <b>100,00</b> |                  |       |          |        |

Зав.производство \_\_\_\_\_ Сычева Н. И.

Ответственный за питание  
СанПин 2.4.2.4.590-20

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

