



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 93"



Проница И. С.

## МЕНЮ

на 25.04.2026

МБУ "Школа № 93"

**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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19887	Рис оригинальный с мясом птицы Котлетное мясо птицы / Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	40/150	14,75	14,78	42,02	360,08
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Итого:</b>			<b>440</b>	<b>18,55</b>	<b>15,18</b>	<b>81,59</b>	<b>543,46</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>6,80</b>	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19887	Рис оригинальный с мясом птицы Котлетное мясо птицы / Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	40/150	14,75	14,78	42,02	360,08
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.№24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	135	1,22	0,27	10,94	51,07
<b>Итого:</b>			<b>575</b>	<b>19,77</b>	<b>15,45</b>	<b>92,53</b>	<b>594,53</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,71</b>	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19887	Рис оригинальный с мясом птицы Котлетное мясо птицы / Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	40/150	14,75	14,78	42,02	360,08
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.№24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	135	1,22	0,27	10,94	51,07
<b>Итого:</b>			<b>575</b>	<b>19,77</b>	<b>15,45</b>	<b>92,53</b>	<b>594,53</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,71</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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
129/96	133	Рассольник "Ленинградский" Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп, петрушка) / Лавровый лист	200	2,39	3,66	13,76	97,54
ТТК	17768	Спагетти (макарон)отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макарон) отварные: (Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94

ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
----	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	-------

**Итого:** 655 15,81 22,24 84,14 599,99

**Итого ХЕ:** 7,01

**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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
129/96	133	Рассольник "Ленинградский" Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,39	3,66	13,76	97,54
ТТК	17768	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ТТК	13279	Булочка Ромашка Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Сахар песок / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	4,60	4,84	30,55	184,16
Таб.№24/96	7773	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	110	0,44	0,33	11,33	50,05

**Итого:** 815 20,85 27,41 126,02 834,20

**Итого ХЕ:** 10,50

**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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
129/96	133	Рассольник "Ленинградский" Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,39	3,66	13,76	97,54
ТТК	17768	Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ТТК	13279	Булочка Ромашка Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Сахар песок / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	4,60	4,84	30,55	184,16
Таб.№24/96	7773	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	110	0,44	0,33	11,33	50,05

**Итого:** 815 20,85 27,41 126,02 834,20

**Итого ХЕ:** 10,50

**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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
588/96	392	Компот из сухофруктов Сахар песок / сухофрукты / Лимонная кислота	200	0,32		32,86	132,72
ТТК	19792	Пицца с мясом прессованным с соусом Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Яйцо свежее / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сыр / Томатная паста в асс.	75	6,24	10,10	23,03	208,03

**Итого:** 275 6,56 10,10 55,89 340,75

**Итого ХЕ:** 4,66

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

**Холодные блюда**

Сб.рец.Москва 2022г.	2012	<b>Салат Влажский с ветчиной</b> Салат Влажский с ветчиной: (Яйцо свежее / Картофель п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка))	50	1,22	5,87	2,75	68,73
Сб.рец.Москва 2022г.	20030	<b>Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.)</b> Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Липша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
ТТК	16362	<b>Салат овощной с крабовыми палочками (яйцо,лук,картоф,морк.свекла. соус)</b> Салат овощной с крабовыми палочками (яйцо,лук,картоф,морк.свекла. соус): (Яйцо свежее / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Крабовые палочки / Лук репчатый п/ф)	50	1,39	7,32	3,54	85,54
ТТК	17837	<b>Салат "Здоровье"</b> Салат "Здоровье": (Свекла п/ф / Морковь свежая п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Соль йодированная)	60	1,09	10,92	4,60	121,06
ТТК	8603	<b>Салат из свежих фруктов (яблоко,мандарин)</b> Мандарины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,38	0,18	15,30	64,34

### Первые блюда

129/96	133	<b>Рассольник "Ленинградский"</b> Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,39	3,66	13,76	97,54
--------	-----	---	-----	------	------	-------	-------

### Вторые блюда

ТТК	19353	<b>Пельмени отварные с курицей,с маслом</b> Пельмени отварные с курицей,с маслом : (Пельмени МБ с курицей Кроха / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист)	200	22,45	24,84	4,40	43,80
ТТК	20018	<b>Блинчики Домашние с молоком гущ.</b> Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко гущенное	180/30	10,82	15,36	56,42	407,15
	13177	<b>Медальоны куриные с сыром</b> Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
ТТК	18963	<b>Котлета куриная "Пожарская"</b> Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	20552	<b>Спагетти мясное отварные</b> Спагетти мясное Спагетти мясное без оболочки	60	8,06	10,54	1,86	134,54

### Гарниры и соусы

541/04	3742	<b>Рагу овощное с картофелем</b> Картофель п/ф / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	2,82	7,51	16,83	146,19
463/96,таб№4	1526	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
469/96	15763	<b>Спагетти (макарон) отварные</b> Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84

### Третьи блюда

628/96г.	259	<b>Чай с сахаром</b> Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
----------	-----	--	-----	--	--	-------	-------

### Хлеб

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

### Мучные изделия

№772/04	2376	<b>Булочка Дорожная</b> Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
ТТК	14058	<b>Бантик шоколадный</b> Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Начинка термост.Веста шоколадная / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Масло сливочное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное	50	3,90	3,60	28,74	162,96
695/96	11577	<b>Ватрушка с повидлом</b> Тесто дрожжевое для ватрушек,расстегаев: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Повидло в асс. / Масло растительное / Мука в/с	50	3,28	3,42	32,69	174,66

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производство Сычева Г.И.

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ /  
СанПин 2.3/7.4.3680-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru