



Согласовано:  
директор МБУ "Школа № 93"



Родионов Александр Геннадиевич

## МЕНЮ

на 27.01.2023

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
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	200/5	24,00	8,35	9,82	34,12	258,26
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком какао / Сахар песок / Молоко / Вода	200	20,00	3,87	4,20	25,78	156,40
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее	50	5,00	4,31	1,17	28,26	140,81
Таб.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	18,80	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>67,80</b>	<b>16,93</b>	<b>15,49</b>	<b>98,46</b>	<b>600,97</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,21</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
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	200/5	24,00	8,35	9,82	34,12	258,26
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком какао / Сахар песок / Молоко / Вода	200	20,00	3,87	4,20	25,78	156,40
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее	50	5,00	4,31	1,17	28,26	140,81
Таб.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	14,80	0,32	0,24	8,24	36,40
<b>Итого:</b>			<b>535</b>	<b>63,80</b>	<b>16,85</b>	<b>15,43</b>	<b>96,40</b>	<b>591,87</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,03</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
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	200/5	24,00	8,35	9,82	34,12	258,26
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком какао / Сахар песок / Молоко / Вода	200	20,00	3,87	4,20	25,78	156,40
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее	50	5,00	4,31	1,17	28,26	140,81
Таб.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	14,80	0,32	0,24	8,24	36,40
<b>Итого:</b>			<b>535</b>	<b>63,80</b>	<b>16,85</b>	<b>15,43</b>	<b>96,40</b>	<b>591,87</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,03</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
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	200/5	24,00	8,35	9,82	34,12	258,26
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком какао / Сахар песок / Молоко / Вода	200	20,00	3,87	4,20	25,78	156,40
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее	50	5,00	4,31	1,17	28,26	140,81
Таб.№24/96	7947	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	160	29,86	0,64	0,48	16,48	72,80
<b>Итого:</b>			<b>615</b>	<b>78,86</b>	<b>17,17</b>	<b>15,67</b>	<b>104,64</b>	<b>628,27</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,72</b>			

### класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
249/011Дели принт	17309	Рыба минтай запеченная в омлете 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
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	19,00	3,30	4,98	22,06	146,26
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18

697/97	7820	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота	200	12,00	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60
ПП	17587	Хлеб ржанопшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,98	0,25	12,08	58,45
Таб.№24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	90	14,54	0,81	0,18	7,29	34,02
<b>Итого:</b>			<b>760</b>	<b>94,94</b>	<b>30,26</b>	<b>21,83</b>	<b>93,14</b>	<b>690,05</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,76</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
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода	50	31,00	6,54	13,45	7,80	178,41
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	19,00	3,30	4,98	22,06	146,26
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота	200	12,00	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60
ПП	17587	Хлеб ржанопшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,98	0,25	12,08	58,45
<b>Итого:</b>			<b>670</b>	<b>79,40</b>	<b>25,31</b>	<b>31,33</b>	<b>91,91</b>	<b>750,84</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,66</b>			

**по 11 класс**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченая Свинина окорок б/к / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода	50	31,00	6,54	13,45	7,80	178,41
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	19,00	3,30	4,98	22,06	146,26
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота	200	12,00	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60
ПП	17587	Хлеб ржанопшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,98	0,25	12,08	58,45
<b>Итого:</b>			<b>670</b>	<b>79,40</b>	<b>25,31</b>	<b>31,33</b>	<b>91,91</b>	<b>750,84</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,66</b>			

**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	Салат "Степной" 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
87/2013	11504	Салат "Школьный" с соусом Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Соус для школьного питания / Горошек зеленый консервированный	50	1,02	3,38	4,35	51,90
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Соус для школьного питания / Кукуруза консервированная	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
№617/96	5334	Яблоки печёные с сахаром Яблоко свежее / Сахар песок / Сахар песок	65/10	0,31	0,31	27,60	114,43

**Первые блюда**

151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	11,18	12,32	11,46	201,39
--------	-------	--	-----	-------	-------	-------	--------

**Вторые блюда**

ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени "Мясбери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	20,21	13,70	34,41	342,00
ТТК	18963	Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
454/04	14131	Котлета по-хлыновски Котлета по-хлыновски: (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Свинина б/к(окорок) / Яйцо свежее / Картофель п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф)	50	9,08	9,74	4,70	142,78

