



Согласовано:  
директор МБУ "Школа № 93"



Родионов Александр Геннадиевич

## МЕНЮ

на 29.04.2022

МБУ "Школа № 93"

### Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таблица №4/96	8161	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	150/5	19,00	6,28	8,28	25,62	202,12
773/97	7201	Отвар шиповника Шиповник / Сахар песок / Вода	180	16,00	0,61	0,25	26,66	111,33
ТТК	17942	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	100/10	28,00	5,53	7,96	27,61	204,16
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	15,75	0,44	0,44	10,78	48,84
<b>Итого:</b>				<b>78,75</b>	<b>12,86</b>	<b>16,93</b>	<b>90,67</b>	<b>566,45</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,56</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
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	17,00	4,87	6,20		75,28
ТТК	17928	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/15	41,00	7,57	10,87	38,11	280,57
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	2,80	1,50	0,58	10,28	52,34
<b>Итого:</b>				<b>63,80</b>	<b>14,74</b>	<b>17,86</b>	<b>61,86</b>	<b>467,11</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,15</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	1650	Сыр порционный Сыр	20	17,00	4,87	6,20		75,28
ТТК	17928	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/15	41,00	7,57	10,87	38,11	280,57
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	2,80	1,50	0,58	10,28	52,34
<b>Итого:</b>				<b>63,80</b>	<b>14,74</b>	<b>17,86</b>	<b>61,86</b>	<b>467,11</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,15</b>			

### Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 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 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 / Картофель п/ф	200	21,00	1,66	4,06	11,02	87,26
ТТК	15749	Котлета Веста рыбная из минтая, филе кур СМ/Р Минтай филе / Филе куриное зам. / Морковь свежая п/ф / Хлеб пшеничный / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	32,00	7,21	6,02	5,33	104,34
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	22,00	3,30	4,98	22,06	146,26
Таб.№24/96	2523	Помидор свежий Помидор свежий	30	9,00	0,34	0,06	1,16	6,54
ТТК	13986	Чай клюквенный Концентрат клюкв. / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	180	8,00	0,90	0,23	15,80	68,87
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,40	3,80	0,40	24,60	117,20
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло сливочное	50	8,25	4,04	3,38	29,56	164,82
<b>Итого:</b>				<b>103,65</b>	<b>21,25</b>	<b>19,13</b>	<b>109,53</b>	<b>695,29</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>9,13</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
		Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне						

110/96	168	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 / Картофель п/ф	200	21,00	1,66	4,06	11,02	87,26
--------	-----	---	-----	-------	------	------	-------	-------

ТТК	15749	Котлета Веста рыбная из минтая, филе кур СМ/Р Минтай филе / Филе куриное зам. / Морковь свежая п/ф / Хлеб пшеничный / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	32,00	7,21	6,02	5,33	104,34
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	15,00	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	13986	Чай клюквенный Концентрат клюкв. / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	180	8,00	0,90	0,23	15,80	68,87
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,40	3,80	0,40	24,60	117,20

**Итого:** 79,40 15,77 14,15 71,45 476,23  
**Итого ХЕ:** 5,95

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

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 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 / Картофель п/ф	200	21,00	1,66	4,06	11,02	87,26
ТТК	15749	Котлета Веста рыбная из минтая, филе кур СМ/Р Минтай филе / Филе куриное зам. / Морковь свежая п/ф / Хлеб пшеничный / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	32,00	7,21	6,02	5,33	104,34
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	15,00	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	13986	Чай клюквенный Концентрат клюкв. / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	180	8,00	0,90	0,23	15,80	68,87
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,40	3,80	0,40	24,60	117,20

**Итого:** 79,40 15,77 14,15 71,45 476,23  
**Итого ХЕ:** 5,95

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

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

**Холодные блюда**

49/2013	18517	Салат "Ароматный" Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Лимонная кислота / Вода / Масло растительное / Соль йодированная	50	0,05	5,00	0,12	45,66
43/97	11525	Салат "Степной" 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
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
Таб.№24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	90	0,81	0,18	7,29	34,02

**Первые блюда**

110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 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 / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26
--------	-----	--	-----	------	------	-------	-------

**Вторые блюда**

	17940	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	165/15	9,01	13,00	44,68	331,74
ТТК	17278	Колбаски Крокетбол запеченные Колбаски Крокетбол / Томатная паста / Соус Юса для детей	47	6,89	7,74	1,25	102,18
455/96	7259	Котлета натуральная рубленая из филе цыплят Котлетное мясо птицы / Масло растительное / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Соль йодированная / Перец черный молотый	50	8,22	18,30	10,56	239,82

**Гарниры и соусы**

469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
465/96;511/3/0 4	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,52	4,86	26,64	160,34

**Третьи блюда**

628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
--------	-------	---	-----	------	------	-------	-------

**Хлеб**

ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ПП	17587	Хлеб ржанопшеничный Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	58,45

**Мучные изделия**

ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39
ТТК	40700	Булочка сахарная	50	4,55	2,06	24,50	104,10

