



Согласовано:  
директор МБУ "Школа № 93"

Родионов Александр Геннадиевич

## МЕНЮ

на 14.04.2022



МБУ "Школа № 93"

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная / 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)	40/40	43,00	13,41	4,68	2,69	106,50
466/96;512/3/2 004	6528	Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная / Масло растительное	150	15,00	3,75	4,16	39,29	209,60
Таб.№24/96	6261	Огурец свежий Огурец свежий	20	6,00	0,14	0,02	0,39	2,30
698/97	10199	Компот из яблок Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота	160	13,00	0,15	0,15	22,72	92,83
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,75	1,90	0,20	12,30	58,60
<b>Итого:</b>				<b>78,75</b>	<b>19,35</b>	<b>9,21</b>	<b>77,39</b>	<b>469,83</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,45</b>			

### Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная / 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)	40/40	43,00	13,41	4,68	2,69	106,50
466/96;512/3/2 004	6528	Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная / Масло растительное	150	15,00	3,75	4,16	39,29	209,60
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	4,05	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,75	1,90	0,20	12,30	58,60
<b>Итого:</b>				<b>63,80</b>	<b>19,86</b>	<b>9,24</b>	<b>67,75</b>	<b>433,62</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,65</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная / 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)	40/40	43,00	13,41	4,68	2,69	106,50
466/96;512/3/2 004	6528	Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная / Масло растительное	150	15,00	3,75	4,16	39,29	209,60
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	4,05	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,75	1,90	0,20	12,30	58,60
<b>Итого:</b>				<b>63,80</b>	<b>19,86</b>	<b>9,24</b>	<b>67,75</b>	<b>433,62</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,65</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне 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	21,00	8,70	9,56	9,46	158,72
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
470/96	252	Картофель отварной (масло сл) Масло сливочное / Соль йодированная / Картофель п/ф	100	17,00	2,03	2,94	16,35	99,98
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	4,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
Таб.№24/96	7057	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	150	26,25	1,20	0,30	11,25	52,50
<b>Итого:</b>				<b>103,65</b>	<b>22,60</b>	<b>19,31</b>	<b>73,08</b>	<b>556,50</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,09</b>			

### Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

132/96	15261	<b>Суп из овощей на кур. бульоне</b> 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	21,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК	15749	<b>Котлета Веста рыбная из минтая, филе кур</b> СМР/ 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
470/96	252	<b>Картофель отварной (масло сл)</b> Масло сливочное / Соль йодированная / Картофель п/ф	100	17,00	2,03	2,94	16,35	99,98
ТТК	11465	<b>Чай лимонный</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	160	6,00	0,07	0,01	13,69	55,13
ПП	198	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04

**Итого:** 79,40 20,67 18,81 62,05 500,21  
**Итого ХЕ:** 5,17

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

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> 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	21,00	8,70	9,56	9,46	158,72
ТТК	15749	<b>Котлета Веста рыбная из минтая, филе кур</b> СМР/ 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
470/96	252	<b>Картофель отварной (масло сл)</b> Масло сливочное / Соль йодированная / Картофель п/ф	100	17,00	2,03	2,94	16,35	99,98
ТТК	11465	<b>Чай лимонный</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	160	6,00	0,07	0,01	13,69	55,13
ПП	198	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04

**Итого:** 79,40 20,67 18,81 62,05 500,21  
**Итого ХЕ:** 5,17

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	17633	<b>Салат из свежей капусты с кукурузой</b> Капуста свежая молодая / Кукуруза консервированная / Лимонная кислота / Масло растительное / Морковь свежая молодая / Сахар песок / Соль йодированная	50	0,35	2,00	3,59	33,80
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): (Крабовые палочки / Лук репчатый п/ф / Картофель п/ф / Свекла п/ф / Яйцо свежее / Морковь свежая п/ф / Соус майонезный)	50	1,39	7,32	3,54	85,54
63/13	17951	<b>Салат из моркови Солнышко</b> Морковь свежая молодая / Апельсины свежие / Изюм / Лимон свежий / Сахар песок	50	0,26	0,05	9,22	38,36
Таб. №24/96	5211	<b>Десерт фруктовый (апельсин)</b> Апельсины свежие	90	0,81	0,18	7,29	34,02

#### Первые блюда

132/96	15261	<b>Суп из овощей на кур. бульоне</b> 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	8,70	9,56	9,46	158,72
--------	-------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----	------	------	------	--------

#### Вторые блюда

17940		<b>Блинчики с молоком гущ.</b> Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	165/15	9,01	13,00	44,68	331,74
№416/96	1596	<b>Биточки рубленые из говядины</b> Хлеб в ассортименте / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Сухари панировочные / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	8,59	6,77	7,27	124,37
455/96	7259	<b>Котлета натуральная рубленая из филе цыплят</b> 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

200/96	8972	<b>Картофель отварной</b> Картофель п/ф	100	2,08	0,42	16,92	79,78
464/96	3714	<b>Каша гречневая вязкая</b> Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная / Масло сливочное	150	4,58	4,81	22,12	150,09

#### Третьи блюда

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

#### Хлеб

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

#### Мучные изделия

ТТК	2316	<b>Рожок обсыпной</b> 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	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	4,55	3,06	34,59	184,10
-----	-------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	------	------	-------	--------

**Итого: 100,00**

Зав.производство Сычева Н. И.

Ответственный за качество  
СанПин 2.4.2.4.0590-20

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

Россия, 445003, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru

