Согласовано: Зам. директора по учебно-

воспитательной работе МБУ

Школа № 93"

МБУ "Школа № 93" МЕНЮ Пронина И.С.

на 02.10.2025

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых

принимает участие в специальной военной операции

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищева	я ценнос	СТЬ	
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
TTK	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий					
469/96;516/	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
3/0		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль					
1		йодированная					
528/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный					
		(развесной)) / Сахар песок					
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Хлеб пшеничный					
	15859	Печенье Сахарное в ассорт 2шт	26	1,68	4,80	15,84	113,28
		Печенье сахарное					

Итого:

511 12,93 21,17 92,62 619,03

7,72

Итого XE:

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

класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
TTK	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий					
469/96;516/	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
3/0		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль					
4		йодированная					
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный					
		(развесной)) / Сахар песок					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					

Итого:

465 9,73 16,21 66,94 458,87

Итого ХЕ: 5,58

по 11 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищева	ая ценнос	СТЬ	
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
TTK	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий					
469/96;516/	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
3/0		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль					
4		йодированная					
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный					
		(развесной)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
14			460 () OF 10	17 04 4	0 447 15	

Итого: Итого XE: 460 9,35 16,17 64,48 447,15

5,37

Стоимость рациона: 70,1 руб.

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных

представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
TTK	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80	
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий						
469/96;516/	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
3/0 4		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная						
528/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18	
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок						
тром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	
		Хлеб пшеничный						
	5362	Десерт фруктовый (нектарин)	100	0,90		10,50	45,60	
№24/96		Нектарин						

Итого:

11,77 16,33 84,82 539,63 580

Итого ХЕ:

7,07

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
TTK	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80
469/96;516/	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
3/0 4		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная					
628/96г.		Чай с сахаром	200			14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Хлеб пшеничный					
	5362	Десерт фруктовый (нектарин)	100	0,90		10,50	45,60
№24/96		Нектарин					

11,77 16,33 84,82 539,63 Итого: 580

Итого XE: 7,07

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводь	Ккалл	
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03	
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34	
466/96;512 3/2 004	6528	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,75	4,16	39,29	209,60	
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70	
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43	
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48	
№772/04	2376	Булочка Дорожная 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	

Итого: 770 23,24 27,63 141,06 905,81 Итого ХЕ: 11,75

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

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищева	ть		
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
:66/96;512/ 3/2 304	251	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,48	2,89	25,95	139,73
ТК 9,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
П	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		1.4	000		70 04 0		

Итого:

630 15,50 18,78 81,97 558,84

6,83

Итого ХЕ:

11 класс

рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
466/96;512 3/2 004	/251	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,48	2,89	25,95	139,73
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04

Итого:

15,50 18,78 81,97 558,84 630 6,83

Итого ХЕ:

Стоимость рациона: 87,1 руб. Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных

представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность					
ецептур		<u> </u>	гр.	Белки	Жиры	Углеводі	ы Ккалл		
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03		
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)		8,45	9,52	7,48	149,34		
66/96;512/ 3/2 304	6528	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,75	4,16	39,29	209,60		
ТК 9,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70		
ΙП	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48		
№772/04	2376	Булочка Дорожная 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		
Габ. №24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85		

Итого:

840 23,52 27,84 148,27 937,66

12,36

Итого ХЕ: Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся во вторую смену (обед)

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищева	я ценнос	ть	
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34

466/96;512/	6528	Рис припущенный	150	3,75	4,16	39,29	209,60
3/2		Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная					
004							
TTK	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70
19,06,17г.		Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота					
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
		Хлеб ржаной					
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Хлеб пшеничный		•	•	•	
		Булочка Дорожная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
№772/04	2376	Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука					
		в/с / Масло сливочное / Дрожжи					
		прессованные / Масло растительное / Соль йодированная					
	8277	Десерт фруктовый (груша)	70	0,28	0,21	7,21	31,85
№24/96		Груша свежая					

Итого: 840 23,52 27,84 148,27 937,66

Итого XE: 12,36

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ),

для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной

военной операции

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углевод	ы Ккалл
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.): (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
466/96;512/ 3/2 004	6528	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,75	4,16	39,29	209,60
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
ПП	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
№772/04	2376	Булочка Дорожная 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

Итого:

770 23,24 27,63 141,06 905,81

11,75

Полдник для обучающихся 1-4 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность
ı		I and the second		

		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					
ттк	10016	Хачапури Хачапури: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Вода / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная)	75	10,67	9,49	30,54	250,25
Итого: Итого XE:			275 2,55	10,67	9,49 30,	54 250,25	5

Итого XE:
Полдник для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	315	Чай без сахара	200				
		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					
ГТК	10016	Хачапури Хачапури: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Вода / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная)	75	10,67	9,49	30,54	250,25
Габ. №24/96	12948	Десерт фруктовый (нектарин) Нектарин	70	0,63		7,35	31,92
1того: 1того XE:			345 1 3,16	1,30 9,4	9 37,89	9 282,17	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник	Код		Выход	Пищевая ценность				
рецептур	блюда			Белки	Жиры	Углевод	ы Ккалл	
Холодные	блюда							
36/97	8453	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Салат из свежих огурцов с салатной заправкой: (Огурец	60	0,35	3,02	1,55	34,78	
		свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок /						
		Лимонная кислота / Соль йодированная))						
		Салат из свежих помидоров со сладким перцем	60	0,71	3,06	3,32	43,66	
60/81	10818	Помидор свежий / Перец болгарский св. / : (Вода / Масло						
		растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль						
		йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная						
TT14	10000	Салат из крабовых палочек с капустой		0.00	0.40	0.05	75.05	
TTK	10362	Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее /	50	2,06	6,19	2,85	75,35	
		Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф						
		(очищенная) / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Вода /						
		основе растительного масла / тук репчатый п/ф / вода / Пимонная кислота)						
		Салат Влажский с ветчиной						
Сб.рец.Мо	2012		50	1,22	5,87	2,75	68,73	
сква 2022г.		Соус в ассортименте на основе растительного масла / Огурцы						
		соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное /						
		Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная /						
	10101	Зелень)		0.04	2.22	2 72		
Таб. №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74	
	0050	Груша свежая	00	0.45	0.10	15.70	00.07	
TTK	6958	Салат из свежих фруктов (яблоко,апельс.очищ)	60	0,45	0,19	15,79	66,67	
Первые бл	10.00	Апельсины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок						
тервые ол	ю <u>да</u> Т	Суп из овощей с соусом						
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03	
		(очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь		1,,,,	0,00	,	00,00	
		свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /						
		Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в						
		ассортименте на основе растительного масла						
Вторые блі	ода	T ₁						
TTIZ	10700	Сырники классические с молоком сгущ.	100/00	00.04	7 00	20.01	000.01	
TTK	19762	Сырники классические п/ф 114г.(творог обез), (цех) / Молоко	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81	
		стущенное / Масло растительное						
TTK	20290	Блинчики с вареной сгущенкой	160	25,60	14,96	33,12	369,50	
		Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное			1 .,55	[, . _		
TTK	18963	Котлета куриная "Пожарская"	70	11,80	12,03	10,80	198,64	
		Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	_	',	-, -, -	', '	3,5,5	
			50	8,65	2,97	7,91	92,97	
416/96	9545	Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте /		•	•	•		
		Сухари панировочные / Масло растительное / Соль						
		йодированная / Масло сливочное						
TTK	16856	Наггетсы куриные рубленые	45	9,38	9,50	2,02	131,10	
		Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное						
TTK	20319	••	70	9,11	12,96	6,35	178,48	
_		Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное						
арниры и	соусы	Ь	_	1				
		Рагу овощное с соусом томатным	105	1 72	7 00	10.70	101.05	
	1	Картофель п/ф / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс	و2اإ	1,73	7,09	12,78	121,85	

215/96	3794	/ 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					
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
469/96;516/ 3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блю	да						
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Хлеб							
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
TTK	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62