

МЕНЮ

на 12.01.2026

МБУ "Школа № 93"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 к (законных представителей) которых принимает участие в специальной воен

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35

Итого: 500

Итого ХЕ:

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30
ТТК	18336	Печенье Сахарное 16г. Печенье сахарное	16

Итого: 471

Итого ХЕ:

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представите участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5

ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. Сок в ассортименте 0,2л.	200
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35

Итого: 490

Итого ХЕ:

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5
ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. Сок в ассортименте 0,2л.	200
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35

Итого: 490

Итого ХЕ:

**Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс
класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в
операции**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / 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 йод	70/20
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45

Итого: 745

Итого ХЕ:

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
---------------------	-----------	--------------	-----------

№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 56гр. / Масло растительное	50
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40

Итого: 640

Итого ХЕ:

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / 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 йод	70/20
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45

Итого: 745

Итого ХЕ:

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) кот в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / 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 йод	70/20
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150
	8073	Огурец солёный Огурцы соленые	35

ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45
ТТК	7193	Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50

Итого: 770

Итого ХЕ:

**Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из м
обучающихся во вторую смену (обед)**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / 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 йод)	70/20
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150
	8073	Огурец солёный Огурцы соленые	35
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45
ТТК	7193	Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50

Итого: 770

Итого ХЕ:

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
682/96	475	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200

Итого: 320

Итого ХЕ:

**Полдник для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей
участие в специальной военной операции**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.
		Оладьи со сгущенным молоком	

682/96	475	Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам.) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200
Таб.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80

Итого: 400**Итого ХЕ:****Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход
------------------	-----------	--------------	-------

Холодные блюда

ТТК	7268	Салат из крабовых палочек с рисом Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Рис / Соль йодированная)	50
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лапша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжути в асс. / Соль йодированная)	75
45/2004	12422	Салат из квашенной капусты Капуста квашеная / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное	100
	20043	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой : (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Кукуруза консервированная / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100
ТТК	17396	Желе из ягоды Вода / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Желатин	100
Таб.№24/96	12996	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	120

Первые блюда

№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200
----------	-----	---	-----

Вторые блюда

ТТК	20724	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	150/20
ТТК	20018	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	180/30
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40
ТТК	20319	Котлета из говядины Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное	70
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Яйцо свежее / Филе куриное зам. / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50

Гарниры и соусы

463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150

Третьи блюда

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200
----------	-----	---	-----

Хлеб

ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30
ПП	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30

Мучные изделия

ТТК	16359	Бисквит Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)	75
ТТК №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50
ТТК	20044	Рулет с маком Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Начинка термост. маковая / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	75

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производством

Сычева Н. И.Ответственный за питание _____ / _____ /
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

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

E-mail: eda0910@mail.ru

Согласовано:

за по учебно-воспитательной работе МБУ "Школа № 93"

Пронина И.С.

класс, один из родителей
ной операции

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4,87	6,20		75,28
5,08	7,33	45,06	266,53
0,20	0,04	19,01	77,20
3,04	0,32	19,68	93,76
1,64	5,74	14,41	115,86
14,83	19,63	98,16	628,63
			8,18

обучающихся с ОВЗ с 5

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4,87	6,20		75,28
5,08	7,33	45,06	266,53
0,20	0,04	19,01	77,20
2,28	0,24	14,76	70,32
1,20	1,57	11,90	66,53
13,63	15,38	90,73	555,86
			7,56

й) которых принимает

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4,87	6,20		75,28
5,08	7,33	45,06	266,53

		11,50	46,00
2,28	0,24	14,76	70,32
1,64	5,74	14,41	115,86
13,87	19,51	85,73	573,99
			7,14

ногодетных семей,

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
4,87	6,20		75,28
5,08	7,33	45,06	266,53
		11,50	46,00
2,28	0,24	14,76	70,32
1,64	5,74	14,41	115,86
13,87	19,51	85,73	573,99
			7,14

**; обучающихся с 1 по 4
специальной военной**

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,17	4,21	13,02	98,65
11,99	13,04	12,04	213,49
8,73	5,90	39,46	245,91
0,53	0,07	1,13	7,27
0,21	0,05	17,77	72,39
3,42	0,36	22,14	105,48
27,06	23,64	105,56	743,19
			8,80

учающихся с ОВЗ с 5 по

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

2,17	4,21	13,02	98,65
9,30	7,10	8,50	135,10
8,73	5,90	39,46	245,91
0,21	0,05	17,77	72,39
3,04	0,32	19,68	93,76
23,46	17,58	98,43	645,81
			8,20

с 1 по 4 класс

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,17	4,21	13,02	98,65
11,99	13,04	12,04	213,49
8,73	5,90	39,46	245,91
0,53	0,07	1,13	7,27
0,21	0,05	17,77	72,39
3,42	0,36	22,14	105,48
27,06	23,64	105,56	743,19
			8,80

орых принимает участие

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,17	4,21	13,02	98,65
11,99	13,04	12,04	213,49
8,73	5,90	39,46	245,91
0,31	0,04	0,66	4,24

0,21	0,05	17,77	72,39
3,42	0,36	22,14	105,48
7,11	6,32	20,36	166,76
33,95	29,93	125,45	906,92

10,45**ногодетных семей,**

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
2,17	4,21	13,02	98,65
11,99	13,04	12,04	213,49
8,73	5,90	39,46	245,91
0,31	0,04	0,66	4,24
0,21	0,05	17,77	72,39
3,42	0,36	22,14	105,48
7,11	6,32	20,36	166,76
33,95	29,93	125,45	906,92

10,45**й) которых принимает**

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
9,74	10,03	55,55	351,43
0,21	0,05	17,77	72,39

9,95**10,08****73,32****423,82****6,11****й) которых принимает**

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

Лист1

9,74	10,03	55,55	351,43
0,21	0,05	17,77	72,39
0,32	0,24	8,24	36,40
10,27	10,32	81,56	460,22
			6,80

3

Пищевая ценность			
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

2,06	7,87	3,77	94,15
0,13	4,13	0,44	39,51
2,26	5,07	9,42	92,35
1,98	4,04	10,82	87,56
0,57	0,04	19,79	81,78
1,08	0,24	9,72	45,36

2,17	4,21	13,02	98,65
------	------	-------	-------

1,45	6,71	11,21	111,07
10,82	15,36	56,42	407,15
9,12	23,78	3,78	265,60
9,11	12,96	6,35	178,48
10,97	17,67	2,12	211,36
12,12	7,11	4,27	129,59

8,73	5,90	39,46	245,91
3,84	5,62	40,05	226,14
5,60	5,66	35,88	216,84

		14,97	66,18
--	--	-------	-------

2,28	0,24	14,76	70,32
2,04	0,39	11,94	59,43

4,77	2,30	45,15	220,43
6,35	4,90	24,39	167,06
5,94	7,17	34,99	228,24