



МЕНЮ

на 18.12.2025

МБУ "Школа № 44"



Согласовано:
И.о. директора МБУ "Школа № 44"
Л.В. Кондукторова

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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88	
ТТК	20544	Пудинг из творога с молоком сгущ.	150/15	16,25	12,48	28,29	290,49	
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Ябло свежее / творог / Вода / Молоко сгущенное / Крупа манная / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Сушари панирочные / Ванилин	200			6,99	27,94	
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06	
			Итого:	607	19,21	16,06	71,26	606,37
			Итого ХЕ:				6,94	

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.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
ТТК	20544	Пудинг из творога с молоком сгущ.	150/15	16,25	12,48	28,29	290,49	
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06	
			Итого:	397	16,79	15,67	65,04	478,38
			Итого ХЕ:				6,42	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Таб. №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,28	8,76	38,74	
ТТК	20544	Пудинг из творога с молоком сгущ.	150/15	16,25	12,48	28,29	290,49	
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06	
			Итого:	482	19,13	16,93	73,80	616,10
			Итого ХЕ:				8,16	

Стоимость рациона: 91,52 руб.

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Таб. №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,28	8,76	38,74	
ТТК	20544	Пудинг из творога с молоком сгущ.	150/15	16,25	12,48	28,29	290,49	
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06	
			Итого:	482	19,13	16,93	73,80	616,10
			Итого ХЕ:				8,16	

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Таб. №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,28	8,76	38,74	
ТТК	20544	Пудинг из творога с молоком сгущ.	150/15	16,25	12,48	28,29	290,49	
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06	
			Итого:	482	19,13	16,93	73,80	616,10
			Итого ХЕ:				8,16	

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.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47	
469/04	832	Фрикадельки из мяса птицы, говядина Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная	55	9,09	8,72	7,88	148,28	
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	2,20	3,44	14,70	98,58	
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94	
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
			Итого:	680	14,71	16,47	48,20	403,95
			Итого ХЕ:				4,10	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47	
469/04	20421	Фрикадельки из мяса птицы, говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы, говядина (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97	
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	148,28	
ТТК	20633	Напиток из сливы зам. л. с. Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53	
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Ябло свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39	
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,88	93,78	
			Итого:	726	21,70	23,39	107,00	726,37
			Итого ХЕ:				8,82	

Стоимость рациона: 110,17 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
		Фрикадельки из мяса птицы, говядина с соусом томатным					

469/04	20421	Фрикадельки из мяса птицы говядина (фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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 йодированная)	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	148,26
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	7193	Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,38	166,76
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
			Итого:	736	24,68	26,82	98,19
			Итого ХЕ:				8,02
Стоимость рациона: 128,14 руб.							

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук элп укроп петрушка) / Томатная паста в асс. / Газировый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
469/04	20421	Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы говядина (фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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 йодированная)	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	148,26
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	7193	Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,38	166,76
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
			Итого:	736	24,68	26,82	98,19
			Итого ХЕ:				8,02

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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук элп укроп петрушка) / Томатная паста в асс. / Газировый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
469/04	20421	Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы говядина (фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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 йодированная)	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	148,26
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
			Итого:	736	21,70	23,39	107,00
			Итого ХЕ:				8,92

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
Таб.№24/96	12720	Десерт фруктовый (киви) Киви	80	0,72	0,36	7,29	35,28
ТТК	17396	Желе из ягод Вода / Сахар песок / Ягоды замороженные (смесь) / Желатин	100	0,57	0,04	19,79	61,78
86/2004	20296	Сельдь с картофелем Картофель п/ф / Сельдь сорная филе / Масло растительное	50	0,56	7,80	4,56	88,94
СБ рцц. Москва в 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной (Яйцо свежее / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук элп укроп петрушка))	50	1,44	2,54	2,68	39,35
Первые блюда							
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук элп укроп петрушка) / Томатная паста в асс. / Газировый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
Вторые блюда							
ТТК	8923	Запеканка творожная с крошкой и молоком стученным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Молоко стученное / Масло сливочное / Крупа манная	100/10	14,61	16,38	38,07	349,96
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / 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 йодированная) / Масло растительное / Соль йодированная	40/40	13,41	4,68	2,69	106,50
ТТК	17748	Рулет Галантин с сыром Рулет Галантин с сыром п/ф	50	11,41	9,98	0,50	137,45
Гарниры и соусы							
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	148,26
469/96	16417	Макаронные отварные Макаронны отварные (Макаронные изделия) / Масло растительное / Соль йодированная	160	6,72	7,09	43,08	283,01
Третьи блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Хлеб							
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
Мучные изделия							
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	4,77	2,02	32,87	168,74
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	4,31	1,17	28,26	140,81
Стоимость рациона: 145 руб.							

Зав. производством:  **«ДРУЖБА»**
 Ответственный: 
 СанПиН 2.3/2.1.3740-00
 Россия, 445043, Самарская область, Сызранский район, с/пос. Давыдовское, ул. Северная, 35
 E-mail: eda0910@mail.ru