



Согласовано:  
И.В. Кондукторова

### МЕНЮ

на 22.12.2025

МБУ "Школа № 44"

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб №2496	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в ас. / Масло сливочное	40	5,29	6,78	10,32	123,50
Таблица №496	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,28
62896г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	18336	Печенье Сахарное 1кг. Печенье сахарное	18	1,20	1,57	11,80	66,53
Итого:			638	16,14	18,47	78,87	647,77
Итого ХЕ:						6,66	

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в ас. / Масло сливочное	40	5,29	6,78	10,32	123,50
Таблица №496	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,28
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ТТК	19349	Печенье ЗШТ. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			477	18,04	19,74	78,24	642,78
Итого ХЕ:						8,27	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в ас. / Масло сливочное	40	5,29	6,78	10,32	123,50
Таб №2496	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
Таблица №496	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,28
62896г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	19349	Печенье ЗШТ. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			662	18,34	19,97	80,86	618,19
Итого ХЕ:						7,68	

Стоимость рациона: 91,82 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в ас. / Масло сливочное	40	5,29	6,78	10,32	123,50
Таб №2496	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
Таблица №496	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,28
62896г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	19349	Печенье ЗШТ. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			662	18,34	19,97	80,86	618,19
Итого ХЕ:						7,68	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в ас. / Масло сливочное	40	5,29	6,78	10,32	123,50
Таб №2496	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
Таблица №496	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,28
62896г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	19349	Печенье ЗШТ. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			662	18,34	19,97	80,86	618,19
Итого ХЕ:						7,68	

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очиненная) / 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 ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 56г / Масло растительное	50	8,30	7,10	8,50	135,10
4602013 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
№62996	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			628	18,82	18,83	80,48	640,32
Итого ХЕ:						8,71	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очиненная) / 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 ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" / Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78г / Масло растительное / 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)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
4602013 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
ТТК	20626	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ТТК	7604	Булочка Десертная (повидло) Булочка Десертная (повидло) (Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло в ас. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная)	40	3,12	2,98	25,74	142,28
пп	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	48,88
Итого:			700	22,01	26,81	107,83	760,51
Итого ХЕ:						8,98	

Стоимость рациона: 110,17 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очиненная) / 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 ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" / Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78г / Масло растительное / 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)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
4602013	....	Рис отварной с овощами	..	..	..	..	..

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Самар обл.	6069	Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20626	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
69796	1779	Расстегай с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мисо птицы, говядина) (Фарш н/р замороженный (мисо птицы, говядина) / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,57	4,37	22,09	157,97
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
			Итого:	720	27,22	27,28	108,80
			Итого ХЕ:	9,07			
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
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Лук репчатый н/р / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Морковь свежая н/р / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" н/р 75гр. / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая н/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
460/2013 Самар обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20626	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
69796	1779	Расстегай с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мисо птицы, говядина) (Фарш н/р замороженный (мисо птицы, говядина) / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,57	4,37	22,09	157,97
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
			Итого:	720	27,22	27,28	108,80
			Итого ХЕ:	9,07			

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
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Лук репчатый н/р / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Морковь свежая н/р / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" н/р 75гр. / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая н/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
460/2013 Самар обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20626	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ТТК	7604	Булочка Десертная (повидло) Булочка Десертная (повидло) (Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Повидло в ас. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная)	40	3,12	2,98	25,74	142,28
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,18	9,54	46,88
			Итого:	700	22,01	28,81	107,63
			Итого ХЕ:	8,88			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств							
Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Холодные блюда</b>							
Таб. №2496	3378	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00
ТТК	17396	Желе из ягод Вода / Сахар песок / Яйцо замороженная (сметана) / Желатин	100	0,57	0,04	19,79	81,78
ТТК	10362	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая н/р (очищенная) / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый н/р / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
17693		Баклажаны тушёные с помидорами Баклажаны тушёные с помидорами (Баклажаны / Помидор свежий / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая н/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное)	50	0,83	4,56	3,28	57,38
<b>Первые блюда</b>							
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Лук репчатый н/р / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Морковь свежая н/р / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
<b>Вторые блюда</b>							
40196	18346	Гуляш из свинины Свинина бл (карбонат) / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в ас. / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	40/40	0,70	4,06	3,94	55,11
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
ТТК	17748	Рулет Галантини с сыром Рулет Галантини с сыром н/р	50	11,41	9,98	0,50	137,45
<b>Гарниры и соусы</b>							
460/2013 Самар обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
46996	18417	Макаронные отварные Макаронные отварные (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
<b>Третий блюда</b>							
62696	250	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Мучные изделия</b>							
№77204	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
ТТК	13445	Булочка Косичка с сахаром Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	80	7,24	3,41	54,23	276,57
Стоимость рациона: 145 руб.							

Зав. производством:   
 Ответственный:   
 СанПиН 2.3/2.1.38.2019  
 Россия, 445043, Самарская область, г.Самара, ул.Северная, 35  
 E-mail: eda0910@mail.ru