



МЕНЮ

на 05.12.2025

МБУ "Школа № 44"



Согласовано:

И.о. директора МБУ "Школа № 44"

П.В. Кондукторова

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОБЗ 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	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
Таб. №4,262/96	10383	Каша молочная пшенная Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,68	6,51	28,64	187,87
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	15	1,65	3,00		33,60
пром	2074	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			610	16,37	13,23	80,02	604,83
Итого ХЕ:						6,67	

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №4,262/96	10383	Каша молочная пшенная Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,68	6,51	28,64	187,87
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
пром	2074	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			416	16,62	13,83	68,72	466,43
Итого ХЕ:						6,73	

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
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул.батон) Батон / Мясо прессованное	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99
Таб.№24/96	11422	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические н/р 114г (творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
Итого:			440	22,64	9,32	66,40	400,05
Итого ХЕ:						4,70	

Стоимость рациона: 81,52 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
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул.батон) Батон / Мясо прессованное	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99
Таб.№24/96	11422	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические н/р 114г (творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
Итого:			440	22,64	9,32	66,40	400,05
Итого ХЕ:						4,70	

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
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул.батон) Батон / Мясо прессованное	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99
Таб.№24/96	11422	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические н/р 114г (творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
Итого:			440	22,64	9,32	66,40	400,05
Итого ХЕ:						4,70	

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя (Ябло свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Морковь свежая н/р / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Петровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Лада	60	8,08	10,54	1,86	134,54
472/96	549	Картофельное пюре Картофель н/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
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:			635	16,69	20,35	56,23	466,81
Итого ХЕ:						4,60	

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
Таб.№24/96	11422	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя (Ябло свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Морковь свежая н/р / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Петровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Лада	60	8,08	10,54	1,86	134,54
472/96	549	Картофельное пюре Картофель н/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20626	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ТТК	13464	Булочка сахарная Булочка сахарная (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	30	2,73	1,84	20,75	110,48
пром	2074	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			765	20,00	22,63	99,17	680,33
Итого ХЕ:						8,26	

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
Таб.№24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	90	0,36	0,27	9,27	40,95
		Суп лапша домашняя					

№ 151/94	1266	Папша домашняя: (Ябло свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая г/р / Лук репчатый г/р / Лук репчатый г/р / Масло растительное / Морковь свежая г/р / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,83	12,02	99,47
ТТК	20552	Спагетти мясные отварные Спагетти мясные Папа	60	8,06	10,54	1,86	134,54
472/96	549	Картофельное пюре Картофель г/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,86	22,06	148,28
ТТК	20628	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Ябло свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			770	19,86	23,98	100,08	695,44
Итого ХЕ:						8,34	
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
Таб. №24/96	6079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	90	0,36	0,27	9,27	40,95
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Ябло свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая г/р / Лук репчатый г/р / Лук репчатый г/р / Масло растительное / Морковь свежая г/р / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,83	12,02	99,47
ТТК	20552	Спагетти мясные отварные Спагетти мясные Папа	60	8,06	10,54	1,86	134,54
472/96	549	Картофельное пюре Картофель г/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,86	22,06	148,28
ТТК	20628	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Ябло свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			770	19,86	23,98	100,08	695,44
Итого ХЕ:						8,34	

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
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Ябло свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая г/р / Лук репчатый г/р / Лук репчатый г/р / Масло растительное / Морковь свежая г/р / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,83	12,02	99,47
ТТК	20522	Спагетти мясные с соусом Спагетти мясные Папа / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая г/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый г/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	90	8,35	12,08	3,71	156,80
472/96	549	Картофельное пюре Картофель г/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,86	22,06	148,28
ТТК	20628	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Ябло свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			730	21,30	28,38	102,48	723,63
Итого ХЕ:						8,64	

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)	60	0,72	0,36	7,29	35,28
742004.	20659	Баклажаны тушёные с помидорами Баклажаны тушёные с помидорами: (Баклажаны / Помидор свежий / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая г/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый г/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное)	60	0,99	5,47	3,91	68,83
36/97	9620	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Салат из свежих огурцов с салатной заправкой: (Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная))	70	0,41	3,52	1,81	40,56
Сб. рец. Москва в 2022.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Ябло свежее / Изделия кулинарные мясные/Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель г/р / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая г/р / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел укроп петрушка))	50	1,44	2,54	2,68	39,35
Первые блюда							
132/96	868	Суп из овощей Картофель г/р / Капуста свежая г/р (кочанная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая г/р / Лук репчатый г/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
Вторые блюда							
401/96	11664	Гуляш из говядины Гуляш мясной крупнокусковой 6х из говядины категории А / Лук репчатый г/р / Масло растительное / Томатная паста в ас. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86
416/96	19915	Котлета рубленая из свинины (попатка) запеченная Котлета рубленая из свинины (попатка) запеченная: (Свинина 6х (попатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухожи лавиновачна / Масло растительное / Соль йодированная)	75	9,81	20,18	11,70	267,66
436/96	15458	Цыплята запеченные Цыплята бойлер. тект. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
Гарниры и соусы							
482/96/534/04	1497	Капуста свежая тушеная Капуста свежая г/р (кочанная) / Лук репчатый г/р / Сахар песок / Масло растительное / Томатная паста в ас. / Морковь свежая г/р / Соль йодированная / Мука в/с / Лимонная кислота / Лавровый лист	150	3,63	4,36	15,44	115,52
469/96	18417	Макароны отварные Макароны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
Третьи блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / (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
Мучные изделия							
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,55	3,06	34,59	184,10
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

Стоимость рациона: 145 руб.

Зав. производством: _____

Ответственный: _____

СанПиН 2.3/2.1.3892-00



Россия, 445043, г. Пенза, ул. Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru