



МЕНЮ

Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 44"

А.И. Касаткина

МБУ "Школа № 44"

на 03.02.2020

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	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Апельсины свежие	90	0,38	0,38	10,17	45,38
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) / Колетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная / Соус томатный / (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
484/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			680	17,19	18,08	78,34	628,17
Итого ХЕ:						8,81	

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
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) / Колетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная / Соус томатный / (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
484/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
№629/96	284	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка) / (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			480	16,91	14,74	69,41	477,88
Итого ХЕ:						6,78	

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	16721	Десерт фруктовый (апельсин) С не очищен. Апельсины свежие	125	1,13	0,25	10,13	47,25
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) / Колетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная / Соус томатный / (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
484/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			616	17,95	14,98	78,29	630,08
Итого ХЕ:						8,81	

Стоимость рациона: 85,46 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	16721	Десерт фруктовый (апельсин) С не очищен. Апельсины свежие	125	1,13	0,25	10,13	47,25
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) / Колетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная / Соус томатный / (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
484/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			616	17,95	14,98	78,29	630,08
Итого ХЕ:						8,81	

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	16721	Десерт фруктовый (апельсин) С не очищен. Апельсины свежие	125	1,13	0,25	10,13	47,25
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) / Колетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная / Соус томатный / (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
484/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			616	17,95	14,98	78,29	630,08
Итого ХЕ:						8,81	

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/р / Горох / Морковь свежая п/р / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Зелень (лук жел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20518	Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный / (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/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	27,84
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			665	18,42	19,68	62,65	603,74
Итого ХЕ:						8,21	

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/р / Горох / Морковь свежая п/р / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Зелень (лук жел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20518	Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный / (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зям) п.с. Вода / Ягоды замороженные (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
614/2012	13439	Булочка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Коричь молотая / Соль йодированная	50	4,58	5,19	33,24	197,91
Пром	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,38	22,14	105,48

Итого: 735 24,71 26,39 116,41 792,88
 Итого ХЕ: 9,70
 Стоимость рациона: 114,91 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	2484	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель н/р / Горох / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20518	Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая н/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофельное пюре Картофель н/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,88	22,06	148,26
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
614/2012	13439	Булочка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная	50	4,58	5,19	33,24	197,91
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,38	22,14	105,46
Итого:			835	26,81	26,69	124,81	830,78
Итого ХЕ:						10,38	
Стоимость рациона: 133,66 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	2484	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель н/р / Горох / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20518	Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая н/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофельное пюре Картофель н/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,88	22,06	148,26
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
614/2012	13439	Булочка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная	50	4,58	5,19	33,24	197,91
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,38	22,14	105,46
Итого:			835	26,81	26,69	124,81	830,78
Итого ХЕ:						10,38	

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель н/р / Горох / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20518	Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая н/р / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофельное пюре Картофель н/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,88	22,06	148,26
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
614/2012	13439	Булочка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная	50	4,58	5,19	33,24	197,91
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,38	22,14	105,46
Итого:			735	24,71	26,39	116,41	792,88
Итого ХЕ:						9,70	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
ТТК	20685	Хурма порционная Хурма свежая	120	0,08	0,05	1,84	8,02
60/96	6885	Винегрет овощной Винегрет овощной: (Картофель н/р / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свежета н/р / Лук репчатый н/р / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Соль йодированная)	80	1,30	8,03	6,70	104,27
ТТК	10382	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой, (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая н/р (ошпаренная) / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый н/р / Вода / Лимонная кислота)	50	2,08	6,19	2,85	75,35
ТТК	13970	Салат Майский (огур.св.яйцо,соус) Салат "Майский": (Яйцо свежее / Огурец свежий / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная)	50	2,97	9,02	0,92	96,74
Первые блюда							
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель н/р / Горох / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
Вторые блюда							
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
401/96	18346	Гуляш из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	40/40	0,70	4,08	3,94	55,11
ТТК	17244	Нагетсы натуральные в красной панирровке Нагетсы куриные (Дана) / Масло растительное	45	9,74	6,34	6,86	131,45
Гарниры и соусы							
469/96	18751	макаронны отварные (мкар.спагетти) Спагетти (макарон) отварные: (Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
472/96	549	Картофельное пюре Картофель н/р / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,88	22,06	148,26
Третьи блюда							
628/96:	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,16
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	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	4,31	1,87	29,72	152,65
ТТК	16152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	4,83	23,38

Стоимость рациона: 150 руб.