



# МЕНЮ

на 12.01.2028

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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом <small>Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	4145	Чай фруктовый <small>Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок</small>	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте <small>Трубочка слоеная в ассортименте (повидло) н/р 42г / Яйцо свежее</small>	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный <small>Сыр</small>	20	4,87	6,20		75,28
пром	2974	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	40	3,04	0,32	19,66	93,76
<b>Итого:</b>			<b>600</b>	<b>14,93</b>	<b>19,83</b>	<b>98,16</b>	<b>628,83</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>6,18</b>	

**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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом <small>Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	4145	Чай фруктовый <small>Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок</small>	200	0,20	0,04	19,01	77,20
Таб.25/96	1169	Сыр порционный <small>Сыр</small>	25	6,03	7,67		93,15
ПП	12649	Хлеб пшеничный <small>Хлеб в ассортименте</small>	20	1,52	0,16	9,84	46,86
<b>Итого:</b>			<b>460</b>	<b>12,83</b>	<b>16,20</b>	<b>73,81</b>	<b>483,76</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>6,16</b>	

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом <small>Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. <small>Сок в ассортименте 0,2л</small>	200			11,50	46,00
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте <small>Трубочка слоеная в ассортименте (повидло) н/р 42г / Яйцо свежее</small>	35	1,64	5,74	14,41	115,86
ПП	420	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный <small>Сыр</small>	20	4,87	6,20		75,28
<b>Итого:</b>			<b>490</b>	<b>13,87</b>	<b>19,61</b>	<b>86,73</b>	<b>673,98</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,14</b>	

Стоимость рациона: 95,46 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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом <small>Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. <small>Сок в ассортименте 0,2л</small>	200			11,50	46,00
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте <small>Трубочка слоеная в ассортименте (повидло) н/р 42г / Яйцо свежее</small>	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный <small>Сыр</small>	20	4,87	6,20		75,28
ПП	420	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	30	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>490</b>	<b>13,87</b>	<b>19,61</b>	<b>86,73</b>	<b>673,98</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,14</b>	

**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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ.молоке с маслом <small>Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. <small>Сок в ассортименте 0,2л</small>	200			11,50	46,00
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте <small>Трубочка слоеная в ассортименте (повидло) н/р 42г / Яйцо свежее</small>	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный <small>Сыр</small>	20	4,87	6,20		75,28
ПП	420	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	30	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>490</b>	<b>13,87</b>	<b>19,61</b>	<b>86,73</b>	<b>673,98</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,14</b>	

**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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями <small>Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас / Лавровый лист</small>	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	16961	Котлета куриная "Пожарская" <small>Котлета куриная "Пожарская" н/р 56г / Масло растительное</small>	50	9,30	7,10	8,50	135,10
463/96, табл.№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая <small>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	150	8,73	5,90	39,46	245,91
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. <small>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота</small>	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ПП	198	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	35	2,66	0,28	17,22	82,04
<b>Итого:</b>			<b>635</b>	<b>23,08</b>	<b>17,64</b>	<b>95,97</b>	<b>634,09</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>8,00</b>	

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	12142	Огурец соленый <small>Огурцы соленые</small>	60	0,53	0,07	1,13	7,27
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями <small>Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас / Лавровый лист</small>	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным <small>Котлета куриная "Пожарская" н/р 78г / 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)</small>	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
463/96, табл.№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая <small>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	150	8,73	5,90	39,46	245,91
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. <small>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота</small>	200	0,21	0,05	17,77	72,39
	3026	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	45	3,42	0,38	22,14	105,46
<b>Итого:</b>			<b>746</b>	<b>27,08</b>	<b>23,64</b>	<b>106,66</b>	<b>743,19</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>8,80</b>	

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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	8073	Огурец соленый <small>Огурцы соленые</small>	35	0,31	0,04	0,66	4,24
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями <small>Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас / Лавровый лист</small>	200	2,17	4,21	13,02	98,65
		Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным					

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" г/вз 78гр / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас / Морковь свежая г/вз / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый г/вз / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
463/96, табл.№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	6,73	5,90	39,46	245,91
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
ТТК	7183	Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,36	166,76
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
<b>Итого:</b>			<b>770</b>	<b>33,85</b>	<b>29,93</b>	<b>126,46</b>	<b>806,92</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>10,46</b>	
<b>Стоимость рациона: 133,65 руб.</b>							

**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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	8073	Огурец соленый Огурцы соленые	35	0,31	0,04	0,66	4,24
№ 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 ас / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	86,65
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" г/вз 78гр / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас / Морковь свежая г/вз / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый г/вз / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
463/96, табл.№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	6,73	5,90	39,46	245,91
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
ТТК	7183	Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,36	166,76
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
<b>Итого:</b>			<b>770</b>	<b>33,85</b>	<b>29,93</b>	<b>126,46</b>	<b>806,92</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>10,46</b>	

**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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
	12142	Огурец соленый Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
№ 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 ас / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	86,65
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" г/вз 78гр / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас / Морковь свежая г/вз / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый г/вз / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
463/96, табл.№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	6,73	5,90	39,46	245,91
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
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
<b>Итого:</b>			<b>746</b>	<b>27,08</b>	<b>23,84</b>	<b>106,56</b>	<b>743,19</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>8,80</b>	

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	20685	Хурма порционная Хурма свежая	120	0,06	0,05	1,84	8,02
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Соус в ассортименте на основе растительного масла	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	69,45
872013	8872	Салат "Школьный" с маслом раст. Салат "Школьный" с маслом раст. (Свекла г/вз / Огурцы консервированные / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый г/вз / Масло растительное)	80	2,08	6,68	5,76	91,48
Сб. рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) (Палша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в ас / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
<b>Первые блюда</b>							
№ 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 ас / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	86,65
<b>Вторые блюда</b>							
401/96	18346	Гуляш из свинины Свинина б/х (карбонад) / Лук репчатый г/вз / 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	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" г/вз 78гр / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	188,64
<b>Гарниры и соусы</b>							
469/96	18417	Макароны отварные Макароны отварные (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	160	6,72	7,09	43,08	263,01
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель г/вз / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
<b>Третьи блюда</b>							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,80	0,20	12,30	58,60
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82
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

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав. производство:  **ООО "ДРУЖБА"**  
 Ответственный:   
 СанПиН 2.3.2.2562-09  
 Россия, 445043,  **ул. Северная, 35**  
 E-mail: eds0910@mail.ru