



МЕНЮ
на 13.01.2028

Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 44"
А.И. Касаткина

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			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ (капуста,морк) Рулет Красная птица Пада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк капуста) / Морковь свежая н/р / Вода / Капуста свежая н/р (очищенная) // Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96.516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки ЮМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
пп	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Итого:			607	16,97	18,97	88,74	686,05
Итого ХЕ:						7,39	

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
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ (капуста,морк) Рулет Красная птица Пада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк капуста) / Морковь свежая н/р / Вода / Капуста свежая н/р (очищенная) // Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96.516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки ЮМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
пп	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Итого:			485	16,27	16,67	80,44	630,26
Итого ХЕ:						6,70	

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 №2496	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ (капуста,морк) Рулет Красная птица Пада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк капуста) / Морковь свежая н/р / Вода / Капуста свежая н/р (очищенная) // Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96.516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки ЮМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
пп	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Итого:			817	16,83	18,41	100,91	650,73
Итого ХЕ:						8,41	

Стоимость рациона: 86,48 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 №2496	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ (капуста,морк) Рулет Красная птица Пада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк капуста) / Морковь свежая н/р / Вода / Капуста свежая н/р (очищенная) // Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96.516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки ЮМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
пп	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Итого:			817	16,83	18,41	100,91	650,73
Итого ХЕ:						8,41	

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 №2496	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ (капуста,морк) Рулет Красная птица Пада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк капуста) / Морковь свежая н/р / Вода / Капуста свежая н/р (очищенная) // Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96.516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки ЮМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
пп	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Итого:			817	16,83	18,41	100,91	650,73
Итого ХЕ:						8,41	

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
105/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем / Вода / Свежля н/р / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист /	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
403/96	10911	Плов из свинины (свин.лопатка) Рис / Свилина 0/х (лопатка) / Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	10,39	21,48	39,99	394,86
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с. Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
пп	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			638	16,74	27,60	89,16	667,07
Итого ХЕ:						7,43	

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
105/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем / Вода / Свежля н/р / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист /	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свилина 0/х (лопатка) / Рис / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	26,48	39,99	466,16
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	13916	Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом / Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Свилина кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	75	6,47	1,76	42,39	211,28
пп	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			720	24,33	36,24	131,64	948,66
Итого ХЕ:						10,96	

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

96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сметана н/р / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль Аодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина бл (лопатка) / Рис / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Томатная паста в асс. / Соль Аодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,48	39,99	486,16
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
697/96	1779	Расстегай с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина) (Фарш н/р замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Мука в/с / Соль Аодированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль Аодированная	50	7,57	4,37	22,09	157,67
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			685	28,43	38,86	111,24	698,35
Итого ХЕ:						9,27	
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
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сметана н/р / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль Аодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина бл (лопатка) / Рис / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Томатная паста в асс. / Соль Аодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,48	39,99	486,16
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
697/96	1779	Расстегай с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина) (Фарш н/р замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Мука в/с / Соль Аодированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль Аодированная	50	7,57	4,37	22,09	157,67
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			685	28,43	38,86	111,24	698,35
Итого ХЕ:						9,27	

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
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сметана н/р / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль Аодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина бл (лопатка) / Рис / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Лук репчатый н/р / Томатная паста в асс. / Соль Аодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,48	39,99	486,16
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	13916	Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Аодированная)	75	6,47	1,76	42,39	211,28
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			720	24,33	36,24	131,54	949,68
Итого ХЕ:						10,96	

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	2549	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	100	1,50	0,50	21,00	94,50
88/2004	20296	Сельдь с картофелем Картофель н/р / Сельдь солёная филе / Масло растительное	50	0,56	7,60	4,56	88,94
35/97	8453	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Салат из свежих огурцов с салатной заправкой (Огурец свежий / (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль Аодированная)	60	0,35	3,02	1,55	34,78
60/96	6885	Винегрет овощной Винегрет овощной (Картофель н/р / Капуста квашеная / Огурцы солёные / Сметана н/р / Морковь свежая н/р / Масло растительное / Соль Аодированная)	60	1,30	8,03	6,70	104,27
Первые блюда							
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сметана н/р / Капуста свежая н/р (очищенная) / Картофель н/р / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль Аодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
Вторые блюда							
ТТК	20242	Блинчики с вареной огуценой Блинчики с вареной огуценой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
401/96	16300	Гуляш из филе куринного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / 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 Аодированная) / Масло растительное / Соль Аодированная	40/40	13,41	4,68	2,69	106,50
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Собой н/р замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухощиповочные / Масло растительное / Соль Аодированная) / 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 Аодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
Гарниры и соусы							
469/96	18751	Макаронные отварные (макар.спагетти) Спагетти (макарони) отварные (Спагетти (макарони) / Масло растительное / Соль Аодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
460/2013 Самар обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль Аодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
Третий блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (бразильский)) / Сахар песок	200			14,97	66,16
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	13449	Булочка ромашка Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль Аодированная / Ванилин	60	5,54	5,79	36,60	220,67
ТТК	3089	Плюшка новомосковская Плюшка Новомосковская (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Молоко / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Аодированная)	50	3,72	2,75	25,21	140,47

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав. производством
СамПлн 2.3/2



Россия, 445040, Самарская область, г. Самара, ул. Северная, 35
E-mail: eds0910@mail.ru