



МЕНЮ

на 19.01.2028

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб №2496	16300	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее мясное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
Таб №2506	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
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	258,26
62596г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Итого:			679	17,53	23,09	87,76	638,23
Итого ХЕ:						7,31	

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
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	258,26
ТТК	20628	Напиток Витоща витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминизированным Витоща для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	38,80
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Таб.25/96	1169	Сыр порционный Сыр	25	6,03	7,67		93,15
пп	15288	Батон в ассортименте Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Итого:			474	17,53	24,37	67,60	668,65
Итого ХЕ:						8,63	

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
Таб №2506	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
Таб №2496	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
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	258,26
62596г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Итого:			674	17,39	22,97	68,40	628,19
Итого ХЕ:						7,20	

Стоимость рациона: 86,48 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
Таб №2506	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
Таб №2496	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
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	258,26
62596г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Итого:			674	17,39	22,97	68,40	628,19
Итого ХЕ:						7,20	

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
Таб №2506	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
Таб №2496	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
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	258,26
62596г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Итого:			674	17,39	22,97	68,40	628,19
Итого ХЕ:						7,20	

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
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее мясное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая л/ф (очищенная) / Картофель л/ф / Лук репчатый л/ф / Морковь свежая л/ф / Масло растительное / Морковь свежая л/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зеленый петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
416/96	14295	Котлета рубленая из говядины Котлета рубленая из говядины л/ф 62 гр. / Масло растительное	50	8,53	6,77	7,20	123,85
469/96.5163/04	1669	Макаронные отварные Вода / Макаронные отварные / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с. Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			748	19,84	16,98	100,42	624,02
Итого ХЕ:						8,97	

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
Таб №2496	16300	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее мясное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая л/ф (очищенная) / Картофель л/ф / Лук репчатый л/ф / Морковь свежая л/ф / Масло растительное / Морковь свежая л/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зеленый петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины л/ф 60гр Ал / Соус томатный (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая л/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый л/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	163,25
469/96.5163/04	1669	Макаронные отварные Вода / Макаронные отварные / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
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	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
Итого:			616	21,85	23,63	106,68	733,89
Итого ХЕ:						9,06	

Стоимость рациона: 114,81 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
Таб №2496	5625	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсин свежий	70	0,83	0,14	5,67	26,46
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая л/ф (очищенная) / Картофель л/ф / Лук репчатый л/ф / Морковь свежая л/ф / Масло растительное / Морковь свежая л/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зеленый петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины л/ф 60гр Ал / Соус томатный (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая л/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый л/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	163,25

№5162/04	1069	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
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 №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
ПП	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	62,04
			Итого:	625	28,27	28,13	128,68
			Итого ХЕ:				10,66

Стоимость рациона: 133,65 руб.

Обед 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
Таб №2496	5625	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	70	0,83	0,14	5,67	26,46
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая н/ф (очищенная) / Картофель н/ф / Лук репчатый н/ф / Морковь свежая н/ф / Масло растительное / Морковь свежая н/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины н/ф 85гр Аш / Соус томатный. (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая н/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
№5162/04	1069	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
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 №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
ПП	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	62,04
			Итого:	625	28,27	28,13	128,68
			Итого ХЕ:				10,66

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 рецептур	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
12096	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая н/ф (очищенная) / Картофель н/ф / Лук репчатый н/ф / Морковь свежая н/ф / Масло растительное / Морковь свежая н/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины н/ф 85гр Аш / Соус томатный. (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая н/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
№5162/04	1069	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
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	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	62,04
ПП	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
			Итого:	616	21,85	23,63	106,69
			Итого ХЕ:				9,06

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
	10911	Виноград свежий Виноград свежий в ас.	85	0,53	0,53	13,61	61,35
6096	6885	Винегрет овощной Винегрет овощной. (Картофель н/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свежая н/ф / Лук репчатый н/ф / Морковь свежая н/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	80	1,30	8,03	6,70	104,27
882004	20296	Сельдь с картофелем Картофель н/ф / Сельдь солёная филе / Масло растительное	50	0,56	7,60	4,56	88,94
Сб рец.Москва в 2022г.	20007	Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус) Салат картофельный с ветчиной (кад.прессов.горош.зел.огурец сол.соус) (Картофель н/ф / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый н/ф / Огурцы соленые / Изделия кулинарные мясные Мясое проваренное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная)	75	1,64	2,23	9,77	65,69
Первые блюда							
12096	1092	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной Щи из свежей капусты с картофелем (Вода / Капуста свежая н/ф (очищенная) / Картофель н/ф / Лук репчатый н/ф / Морковь свежая н/ф / Масло растительное / Морковь свежая н/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Томатная паста в ас. / Лавровый лист)	200/10	1,77	6,11	7,69	92,83
Вторые блюда							
40196	16346	Гуляш из свинины Свинина 0х (карбонад) / Лук репчатый н/ф / 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.журиния нв косточке Котлета натур.журиния на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины н/ф 85гр Аш / Соус томатный. (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая н/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый н/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
Гарниры и соусы							
46996	18417	Макароны отварные Макароны отварные (Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,06	263,01
46496	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
Третьи блюда							
62996г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (варенье) (Вода / Чай черный (равесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Хлеб							
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	62,04
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
Мучные изделия							
ТТК	1202	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	50	3,90	3,72	32,17	177,76
№ 10703 Муч.	2371	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	50	4,15	3,90	29,51	169,74

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав. производством:  В
 Ответственный: 
 СанПин 2.3/2.4
 Россия, 445043, г.Саратов, ул. Северная, 35
 E-mail: eda0910@mail.ru