



# МЕНЮ

на 28.01.2028

МБУ "Школа № 44"



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

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
Tab.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
Tab.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Итого:			674	16,27	21,32	86,32	602,23
Итого ХЕ:						7,19	

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
Tab.24/96	10165	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	0,28	0,28	7,91	35,28
Tab.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
628/96г.	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
Tab.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,28
ПП	15286	Батон в ассортименте Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Итого:			639	16,63	21,01	62,38	607,43
Итого ХЕ:						6,87	

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
Tab.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Tab.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Итого:			674	16,27	21,22	86,32	607,33
Итого ХЕ:						7,11	
Стоимость рациона: 85,48 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
Tab.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Tab.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Итого:			674	16,27	21,22	86,32	607,33
Итого ХЕ:						7,11	

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
Tab.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Tab.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Итого:			674	16,27	21,22	86,32	607,33
Итого ХЕ:						7,11	

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
Tab.№24/96	1894	Огурец соленый Огурец соленый	30	0,27	0,03	0,57	3,63
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель н/р / Макароны изделия / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль Адриановская / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" н/р 78гр / Масло растительное	50	9,30	7,10	8,50	135,10
460/2013 Самар обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль Адриановская	160	3,72	5,51	37,12	212,90
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
Итого:			666	16,43	14,98	86,54	606,09
Итого ХЕ:						8,05	

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
Tab.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель н/р / Макароны изделия / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль Адриановская / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" н/р 78гр / Масло растительное) / солёные огурцы по-крытски (Огурцы соленые / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Масло растительное)	70/20	12,00	12,15	11,49	203,27
460/2013 Самар обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль Адриановская	160	3,72	5,51	37,12	212,90
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	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			800	22,86	20,73	120,30	769,60
Итого ХЕ:						10,03	
Стоимость рациона: 114,81 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
Tab.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель н/р / Макароны изделия / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль Адриановская / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90

ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" н/р 78р. / Масло растительное) / солёные огурцы по-крестьянски. (Огурцы солёные / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Масло растительное)	7020	12,00	12,15	11,49	203,27
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
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	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
			Итого:	850	29,30	25,63	144,69
			Итого ХЕ:				12,06
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.2496	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель н/р / Макароны изделия / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" н/р 78р. / Масло растительное) / солёные огурцы по-крестьянски. (Огурцы солёные / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Масло растительное)	7020	12,00	12,15	11,49	203,27
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
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	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
			Итого:	850	29,30	25,63	144,69
			Итого ХЕ:				12,06

**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
Таб.2496	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель н/р / Макароны изделия / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" н/р 78р. / Масло растительное) / солёные огурцы по-крестьянски. (Огурцы солёные / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Масло растительное)	7020	12,00	12,15	11,49	203,27
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
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	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	62,04
			Итого:	800	22,66	20,73	120,30
			Итого ХЕ:				10,03

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Холодные блюда</b>							
Таб.№2496	12720	Десерт фруктовый (киви) Киви	90	0,72	0,36	7,29	35,28
СБ.рец.Москва 2022г.	20066	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной. (Яйцо свежее / Изделия кулинарные мясные Мясое проваренные / Огурцы солёные / Картофель н/р / Горошек зелёный консервированный / Морковь свежая н/р / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел укроп петрушка))	50	1,44	2,54	2,68	39,35
19/2004	4792	Салат из свежих помидоров с луком Помидор свежий / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная / Перец чёрный молотый	60	0,68	3,09	3,47	44,41
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	89,45
<b>Первые блюда</b>							
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель н/р / Макароны изделия / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
<b>Вторые блюда</b>							
401/96	11664	Гуляш из говядины Пло мясное крупнокусковой ф/к из говядины категории А / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Томатная паста в в/с / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,88
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,66	22,29	0,23	276,97
ТТК	17244	Наггетсы натуральные в красной панировке Наггетсы куриные (2шт) / Масло растительное	45	9,74	6,34	8,66	131,45
<b>Гарниры и соусы</b>							
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая н/р / Лук репчатый н/р / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
200/96	16303	Картофель отварной Картофель н/р	150	3,10	0,62	25,27	119,04
<b>Третий блюда</b>							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай чёрный (заварка) (Вода / Чай чёрный (разварной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
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
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	13445	Булочка Кошачка с сахаром Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	80	7,24	3,41	54,23	276,57
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: 160 руб.

Зав. производством:  Дружба  
 Ответственный:   
 СанПиН 2.3.2.2560-2019  
 Россия, 445040, Самарская область, г.Самара, м.Камыти, ул.Северная, 35  
 E-mail: eda0910@mail.ru