



МЕНЮ

на 30.01.2023

МБУ "Школа № 44"



Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОБЗ 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
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Гвараго / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20371	Снежок 2,5% Стак.100гр Снежок 2,5% Стак.100гр	100	2,80	2,50	11,00	77,70
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
Итого:			666	17,60	17,28	77,31	641,16
Итого ХЕ:						6,44	

Завтрак для обучающихся, получающих льготы, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	0,32	0,32	7,84	35,52
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические №114г (второг обес) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Итого:			400	20,66	8,21	62,02	370,61
Итого ХЕ:						4,34	

Завтрак для обучающихся, получающих питания 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	16229	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	120	0,48	0,48	11,76	53,28
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические №114г (второг обес) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			6,99	27,84
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			480	27,07	13,34	65,18	489,04
Итого ХЕ:						5,43	

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.№24/96	16229	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	120	0,48	0,48	11,76	53,28
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические №114г (второг обес) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			6,99	27,84
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
Итого:			480	27,07	13,34	65,18	489,04
Итого ХЕ:						5,43	

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	16229	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	120	0,48	0,48	11,76	53,28
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические №114г (второг обес) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			6,99	27,84
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
Итого:			480	27,07	13,34	65,18	489,04
Итого ХЕ:						5,43	

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ 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 №1 / Горох / Морковь свежая №10 / Лук репчатый №10 / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Сливы свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	14182	Трубочка слобная в ассортименте Трубочка слобная в ассортименте (повидло) №142г / Ябло свежее	35	1,84	5,74	14,41	115,88
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,78	70,32
Итого:			615	29,08	24,14	96,58	717,20
Итого ХЕ:						7,98	

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
Таб.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	0,32	0,24	8,24	36,40
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель №1 / Горох / Морковь свежая №10 / Лук репчатый №10 / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Сливы свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	14182	Трубочка слобная в ассортименте Трубочка слобная в ассортименте (повидло) №142г / Ябло свежее	35	1,84	5,74	14,41	115,88
3026		Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,38	22,14	105,48
Итого:			710	30,64	24,60	111,17	788,76
Итого ХЕ:						9,28	

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
Таб.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	0,32	0,24	8,24	36,40
		Суп картофельный с горохом					

35/96	169	Вода / Картофель п/р / Горох / Морковь свежая п/р / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль Аэрированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль Аэрированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
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	18734	Пицца с мясом прессованным с соусом Яйцо свежее / Тесто дрожжевое (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Аэрированная) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сыр / Томатная паста в асс / Масло растительное	50	4,50	7,61	15,37	147,98
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,68	0,28	17,22	82,04

Итого: 716 32,84 28,29 107,21 797,44
Итого ХЕ: 8,93
Стоимость рациона: 133,85 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	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	0,32	0,24	8,24	36,40
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/р / Горох / Морковь свежая п/р / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль Аэрированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль Аэрированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
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	18734	Пицца с мясом прессованным с соусом Яйцо свежее / Тесто дрожжевое (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Аэрированная) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сыр / Томатная паста в асс / Масло растительное	50	4,50	7,61	15,37	147,98
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,68	0,28	17,22	82,04

Итого: 716 32,84 28,29 107,21 797,44
Итого ХЕ: 8,93

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.№24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	0,32	0,24	8,24	36,40
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/р / Горох / Морковь свежая п/р / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль Аэрированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль Аэрированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
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	14182	Трубочка слоеная в ассортименте Трубочка слоеная в ассортименте (говядо) п/р 42г. / Яйцо свежее	35	1,84	5,74	14,41	115,86
ПП	3028	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,38	22,14	105,48

Итого: 710 30,64 24,60 111,17 788,78
Итого ХЕ: 9,28

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
	10911	Виноград свежий Виноград свежий в асс	85	0,53	0,53	13,81	61,35
СБ.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/р / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/р / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел укроп петрушка))	50	1,44	2,54	2,68	39,35
ТТК	17396	Желе из ягоды Вода / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Желатин	100	0,57	0,04	19,79	81,78
ТТК	16373	Салат из моркови с цветной капустой Морковь свежая п/р / Капуста цветная замороз. 10г / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Чеснок	50	0,58	3,78	2,42	48,01
Первые блюда							
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/р / Горох / Морковь свежая п/р / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Зелень (лук зел укроп петрушка) / Соль Аэрированная / 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	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина бл (окорок) / Лук репчатый п/р / Масло растительное / Мука в/с / Соль Аэрированная / Томатная паста в асс / Лавровый лист	40/40	9,12	23,78	3,78	265,60
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,66	22,29	0,23	276,97
Гарниры и соусы							
489/96	18751	макаронные отварные (макар.спагетти) Спагетти (макарон) отварные (Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль Аэрированная)	180	6,72	7,09	43,08	283,01
484/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль Аэрированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
Третий блюда							
782/97	10307	Кофейный напиток с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / Кофейный напиток	180	3,05	2,68	20,81	119,38
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварочный) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Хлеб							
ПП	385	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							
№771/04	13470	Булочка Октябрьнок Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Соль Аэрированная / Масло растительное	80	6,38	3,52	44,90	236,72
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Аэрированная / Масло растительное / Мак семена)	50	4,31	1,87	29,72	152,95

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав. производством

Ответственный

СамПИН 2.3/2



Россия, 445043, г. Самара, ул. Коммунальная, ул. Северная, 25

E-mail: eda0910@mail.ru