



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 44"

Марчук М. А.

МЕНЮ

на 14.09.2022

МБУ "Школа № 44"

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
315/2004	6332	Запеканка рисовая с творогом и молок. сгущ Рис / Вода / творог / Яйцо свежее / Сахар песок / Ванилин / Масло сливочное / Сухари панировочные // Молоко сгущенное	130/20	37,00	9,11	7,50	51,63	310,46
ТТК	13988	Чай черносмородиновый (концентр) Концентрат черносмор. / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	180	7,00	0,90	0,23	15,80	68,87
Таб. №24/96	5323	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	170	18,20	0,68	0,68	16,66	75,48
Итого:			500	62,20	10,69	8,41	84,09	454,81
Итого ХЕ:					7,01			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
315/2004	6332	Запеканка рисовая с творогом и молок. сгущ Рис / Вода / творог / Яйцо свежее / Сахар песок / Ванилин / Масло сливочное / Сухари панировочные // Молоко сгущенное	130/20	37,00	9,11	7,50	51,63	310,46
ТТК	13988	Чай черносмородиновый (концентр) Концентрат черносмор. / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	180	7,00	0,90	0,23	15,80	68,87
Таб. №24/96	4884	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	180	19,80	0,72	0,72	17,64	79,92
Итого:			510	63,80	10,73	8,45	85,07	459,25
Итого ХЕ:					7,09			

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
315/2004	6332	Запеканка рисовая с творогом и молок. сгущ Рис / Вода / творог / Яйцо свежее / Сахар песок / Ванилин / Масло сливочное / Сухари панировочные // Молоко сгущенное	130/20	37,00	9,11	7,50	51,63	310,46
ТТК	13988	Чай черносмородиновый (концентр) Концентрат черносмор. / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	180	7,00	0,90	0,23	15,80	68,87
Таб. №24/96	4884	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	180	19,80	0,72	0,72	17,64	79,92
Итого:			510	63,80	10,73	8,45	85,07	459,25
Итого ХЕ:					7,09			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	4,00	0,21	0,03	0,58	3,43
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
401/96	6465	Гуляш из свинины (ококор) Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	34,00	6,87	17,81	2,98	199,69
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
588/96	11440	Компот из сухофруктов / Сахар песок / Лимонная кислота	180	12,00	0,29		29,57	119,44
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб. №24/96	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	7,70	0,54	0,12	4,86	22,68
Итого:			730	87,10	19,02	26,71	109,63	754,99
Итого ХЕ:					9,14			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	4,00	0,21	0,03	0,58	3,43
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
401/96	6465	Гуляш из свинины (ококор) Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	34,00	6,87	17,81	2,98	199,69
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
588/96	11440	Компот из сухофруктов / Сахар песок / Лимонная кислота	180	12,00	0,29		29,57	119,44
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 670 79,40 18,48 26,59 104,77 732,31
Итого ХЕ: 8,73

11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	4,00	0,21	0,03	0,58	3,43
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	34,00	6,87	17,81	2,98	199,69
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
588/96	11440	Компот из сухофруктов / Сахар песок / Лимонная кислота	180	12,00	0,29		29,57	119,44
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 670 79,40 18,48 26,59 104,77 732,31
Итого ХЕ: 8,73

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Соус майонезный / Кукуруза консервированная	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
	17152	Салат "Степной " Салат Степной с соусом: (Горошек зеленый консервированный / Соус майонезный / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые)	60	1,23	4,13	5,44	63,82
51 ТТК	10892	Салат из свежей капусты со сладким перцем Капуста свежая п/ф очищ. / Перец болгарский / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Лимонная кислота / Сахар песок / Вода / Соль йодированная	60	1,07	2,43	5,72	49,03
Таб. №24/96	9406	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	200	13,30	2,20	128,80	588,20
ТТК	8980	Салат из моркови с сахаром Салат из моркови с сахаром: (Морковь свежая п/ф / Сахар песок)	60	0,75	0,06	7,03	31,66
Первые блюда							
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	1,66	4,06	11,02	87,26
Вторые блюда							
ТТК	18929	Котлета Пожарская из мяса птицы Котлета "Пожарская" п/ф / Масло растительное	90	13,79	16,40	12,11	251,20
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное	40/40	9,12	23,78	3,78	265,60
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95
Гарниры и соусы							
215/96	8455	Рагу овощное с соусом томатным Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Соус томатный(бульон): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Перец черный молотый / Лавровый лист / Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Капуста свежая п/ф очищ.	100	1,70	5,73	11,01	102,44
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
465/96;511/3/0 4	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,52	4,86	26,64	160,34
Третьи блюда							
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	0,90	0,23	13,47	59,55
Хлеб							
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Мучные изделия							
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Мак / Масло растительное	50	4,77	2,02	32,87	168,74
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	4,55	3,06	34,59	184,10

Итого: 100,00

Зав.производства: О.Н. Охипова

Ответственный за питание: _____
СанПиН 2.3.5.950-20

УТВЕРЖДАЮ: _____
Директор ЗАО КШП "Дружба" / _____ Солоднева Т.В.

Россия, 445043, Самарская обл., Гольяты, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru