



# МЕНЮ

на 16.12.2021

МБУ "Школа № 44"



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 44"

Марчук М. А.

## Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| ТТК              | 17176     | Голубцы ленивые из цыплят с соусом томатным<br>Капуста свежая п/ф очищ. / Филе куриное зам. / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо свежее / Соус томатный(блюдо): (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) | 45/20     | 23,00     | 5,77             | 4,27  | 5,24     | 82,49  |
| 469/96           | 15762     | Спагетти отварные<br>Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 100       | 8,00      | 3,73             | 3,94  | 23,93    | 146,12 |
| ТТК              | 19092     | Морс черносмородиновый (концентрат)<br>Концентрат черносмород. / Вода                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 180       | 14,00     |                  |       | 14,84    | 59,36  |
| ТТК              | 14077     | Рулет с маком<br>Рулет с маком(начинка термо): (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Начинка термост. маковая / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахарная пудра)                                                                                                                                  | 50        | 11,00     | 3,96             | 4,78  | 23,33    | 152,18 |
| ПП               | 15288     | Батон в ассортименте<br>Батон                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 20        | 3,00      | 1,50             | 0,58  | 10,28    | 52,34  |
| Таб.№24/96       | 15059     | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 170       | 37,20     | 0,68             | 0,51  | 17,51    | 77,35  |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 96,20     |           | 15,65            | 14,08 | 96,14    | 669,84 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |           | 7,93             |       |          |        |

## Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| ТТК              | 17176     | Голубцы ленивые из цыплят с соусом томатным<br>Капуста свежая п/ф очищ. / Филе куриное зам. / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо свежее / Соус томатный(блюдо): (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) | 45/20     | 23,00     | 5,77             | 4,27  | 5,24     | 82,49  |
| 469/96           | 15762     | Спагетти отварные<br>Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 100       | 8,00      | 3,73             | 3,94  | 23,93    | 146,12 |
| ТТК              | 15868     | Морс черносмородиновый (концентрат)<br>Концентрат черносмород. / Вода                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 160       | 12,00     |                  |       | 13,20    | 52,80  |
| ТТК              | 14077     | Рулет с маком<br>Рулет с маком(начинка термо): (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Начинка термост. маковая / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахарная пудра)                                                                                                                                  | 50        | 11,00     | 3,96             | 4,78  | 23,33    | 152,18 |
| ПП               | 15288     | Батон в ассортименте<br>Батон                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 20        | 3,00      | 1,50             | 0,58  | 10,28    | 52,34  |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 67,00     |           | 14,97            | 13,67 | 76,99    | 486,93 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |           | 6,33             |       |          |        |

## Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| ТТК              | 17176     | Голубцы ленивые из цыплят с соусом томатным<br>Капуста свежая п/ф очищ. / Филе куриное зам. / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо свежее / Соус томатный(блюдо): (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) | 45/20     | 23,00     | 5,77             | 4,27  | 5,24     | 82,49  |
| 469/96           | 15762     | Спагетти отварные<br>Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 100       | 8,00      | 3,73             | 3,94  | 23,93    | 146,12 |
| ТТК              | 15868     | Морс черносмородиновый (концентрат)<br>Концентрат черносмород. / Вода                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 160       | 12,00     |                  |       | 13,20    | 52,80  |
| ТТК              | 14077     | Рулет с маком<br>Рулет с маком(начинка термо): (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Начинка термост. маковая / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахарная пудра)                                                                                                                                  | 50        | 11,00     | 3,96             | 4,78  | 23,33    | 152,18 |
| ПП               | 15288     | Батон в ассортименте<br>Батон                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 20        | 3,00      | 1,50             | 0,58  | 10,28    | 52,34  |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 67,00     |           | 14,97            | 13,67 | 76,99    | 486,93 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |           | 6,33             |       |          |        |

## Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| 119/96           | 15853     | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне<br>Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная / Томатная паста / Зелень) | 200/10    | 19,00     | 9,37             | 12,11 | 8,26     | 179,55 |
| №416/96          | 1596      | Биточки рубленые из говядины<br>Хлеб в ассортименте / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Сахар панировочный / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное                                                                                                                                                                                                    | 50        | 31,00     | 8,59             | 6,77  | 7,27     | 124,37 |
| 317,529/97       | 1149      | Гороховое пюре<br>Горох / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 100       | 8,00      | 11,30            | 3,32  | 23,61    | 169,52 |
| 698/97           | 10199     | Компот из яблок<br>Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 160       | 9,00      | 0,15             | 0,15  | 22,72    | 92,83  |
| ПП               | 420       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 30        | 3,00      | 2,28             | 0,24  | 14,76    | 70,32  |
| ПП               | 13185     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 30        | 3,00      | 2,04             | 0,39  | 11,94    | 59,43  |
| ТТК              | 14077     | Рулет с маком<br>Рулет с маком(начинка термо): (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Начинка термост. маковая / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахарная пудра)                                                                                                                                                                     | 50        | 11,00     | 3,96             | 4,78  | 23,33    | 152,18 |
| Таб.№24/96       | 5568      | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 170       | 26,70     | 1,44             | 0,32  | 12,96    | 60,48  |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 110,70    |           | 39,13            | 28,08 | 124,85   | 908,68 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |           |           | 10,40            |       |          |        |

## Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование                                                     | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность |      |          |       |
|------------------|-----------|------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|------------------|------|----------|-------|
|                  |           |                                                                  |           |           | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккалл |
|                  |           | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне |           |           |                  |      |          |       |



|            |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |       |       |       |        |        |
|------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 119/96     | 15853 | Щи из свежей капусты с картофелем на кур бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный / (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная / Томатная паста / Зелень) / | 200/10 | 19,00 | 9,37  | 12,11 | 8,26   | 179,55 |
| №416/96    | 1596  | Биточки рубленые из говядины<br>Хлеб в ассортименте / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Сухари панировочные / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное                                                                                                                                 | 50     | 31,00 | 8,59  | 6,77  | 7,27   | 124,37 |
| 317,529/97 | 1149  | Гороховое пюре<br>Горох / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                                | 100    | 8,00  | 11,30 | 3,32  | 23,61  | 169,52 |
| 698/97     | 10199 | Компот из яблок<br>Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                                | 160    | 9,00  | 0,15  | 0,15  | 22,72  | 92,83  |
| пп         | 365   | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 25     | 2,00  | 1,90  | 0,20  | 12,30  | 58,60  |
| пп         | 1561  | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 25     | 2,00  | 1,70  | 0,33  | 9,95   | 49,57  |
| Итого:     |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 71,00  | 33,01 | 22,88 | 84,11 | 674,44 |        |
| Итого ХЕ:  |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        | 7,01  |       |       |        |        |

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| 119/96           | 15853     | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне<br>Щи из свежей капусты с картофелем на кур бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный / (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная / Томатная паста / Зелень) / | 200/10    | 19,00     | 9,37             | 12,11 | 8,26     | 179,55 |
| №416/96          | 1596      | Биточки рубленые из говядины<br>Хлеб в ассортименте / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Сухари панировочные / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное                                                                                                                                                                                                     | 50        | 31,00     | 8,59             | 6,77  | 7,27     | 124,37 |
| 317,529/97       | 1149      | Гороховое пюре<br>Горох / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 100       | 8,00      | 11,30            | 3,32  | 23,61    | 169,52 |
| 698/97           | 10199     | Компот из яблок<br>Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 160       | 9,00      | 0,15             | 0,15  | 22,72    | 92,83  |
| пп               | 365       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 25        | 2,00      | 1,90             | 0,20  | 12,30    | 58,60  |
| пп               | 1561      | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 25        | 2,00      | 1,70             | 0,33  | 9,95     | 49,57  |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 71,00     | 33,01     | 22,88            | 84,11 | 674,44   |        |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |           | 7,01      |                  |       |          |        |

Раздача свободного выбора с 1-м блюдом за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Выход  | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| Холодные блюда   |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |                  |       |          |        |
| 49/2013          | 9085      | Салат "Ароматный"<br>Салат Ароматный: (Огурец свежий / Капуста свежая г/ф очищ. / Лимонная кислота / Масло растительное / Вода / Лук репчатый г/ф)                                                                                                                                                                                       | 40     | 0,51             | 4,00  | 1,37     | 43,52  |
| 43/97            | 11525     | Салат "Степной"<br>Картофель г/ф / Лук репчатый г/ф / Морковь свежая г/ф / Огурцы соленные / Горошек зеленый консервированный / Соус майонезный                                                                                                                                                                                          | 50     | 1,01             | 3,44  | 4,50     | 53,00  |
| ТТК              | 184       | Салат из моркови с сахаром<br>Морковь свежая г/ф / Сахар песок                                                                                                                                                                                                                                                                           | 50     | 6,20             | 0,50  | 58,60    | 263,70 |
| Таб.№24/96       | 8889      | Десерт фруктовый (мандарин)<br>Мандарины свежие                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 60     | 0,48             | 0,12  | 4,50     | 21,00  |
| Первые блюда     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |                  |       |          |        |
| 120/96           | 15250     | Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне<br>Капуста свежая г/ф очищ. / Картофель г/ф / Морковь свежая г/ф / Лук репчатый г/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая г/ф / Лук репчатый г/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная / Томатная паста / Зелень             | 200    | 9,08             | 10,61 | 7,74     | 162,76 |
| Вторые блюда     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |                  |       |          |        |
| ТТК              | 17928     | Блинчики с молоком сгущ.<br>Блинчики Домашние г/ф / Молоко сгущенное                                                                                                                                                                                                                                                                     | 135/15 | 7,57             | 10,87 | 38,11    | 280,57 |
| ТТК              | 18543     | Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы,говяд)<br>Соус Болоньезе (мясо птицы,говяд,блюдо): (Вода / Фарш Мясной дуэт / Лук репчатый г/ф / Масло растительное / Морковь свежая г/ф / Перец черный молотый / Соль йодированная / Томатная паста / Чеснок) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное) | 100/50 | 7,37             | 12,70 | 25,74    | 246,77 |
| 401/96           | 16524     | Гуляш из филе куриного в томатном соусе (Филе)<br>Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый г/ф / Томатная паста / Мука в/с / Перец черный молотый / Соль йодированная                                                                                                                                                       | 30/30  | 10,10            | 2,82  | 2,06     | 74,00  |
| №416/96          | 1596      | Биточки рубленые из говядины<br>Хлеб в ассортименте / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Сухари панировочные / Фарш г/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное                                                                                                                                           | 50     | 8,59             | 6,77  | 7,27     | 124,37 |
| Гарниры и соусы  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |                  |       |          |        |
| ТТК              | 15450     | Каша перловая с овощами<br>Вода / Крупа перловая / Лук репчатый г/ф / Масло растительное / Морковь свежая г/ф / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                        | 100    | 2,41             | 10,27 | 16,62    | 168,56 |
| 469/96           | 15762     | Спагетти отварные<br>Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                   | 100    | 3,73             | 3,94  | 23,93    | 146,12 |
| Третьи блюда     |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |                  |       |          |        |
| 628/96           | 10781     | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода                                                                                                                                                                                                                                              | 160    | 0,80             | 0,20  | 13,47    | 58,92  |
| Хлеб             |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |                  |       |          |        |
| ПП               | 420       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 30     | 2,28             | 0,24  | 14,76    | 70,32  |
| Мучные изделия   |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |                  |       |          |        |
| ТТК              | 18469     | Рулет с маком<br>Рулет с маком(начинка термо): (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Начинка термост. маковая / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахарная пудра)                                                                                                             | 40     | 3,17             | 3,82  | 18,66    | 121,73 |
| ТТК              | 8986      | Сырная палочка<br>Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Сыр / Яйцо свежее / Масло растительное                                                                                                                                                                                  | 30     | 3,81             | 2,94  | 14,64    | 100,26 |

Зав.производства: Архипова О. Н.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.1.4.2660-20

УТВЕРЖАЮ: "Дружба"

Директор: [подпись] Солоднева Т.В.

Россия, 440000, Пензенская область, Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru