



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 44"

Марчук М. А.

МЕНЮ

на 31.03.2023

МБУ "Школа № 44"

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1	30/30	31,00	10,10	2,82	2,06	74,00
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
Таб. №24/96	4942	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	110	12,80	0,44	0,44	10,78	48,84
Итого:			580	67,80	19,22	10,08	84,50	505,61
Итого ХЕ:					7,04			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1	30/30	31,00	10,10	2,82	2,06	74,00
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	13286	Батон в ассортименте Батон	30	4,00	2,25	0,87	15,42	78,51
Таб. №24/96	3202	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	80	9,80	0,32	0,32	7,84	35,52
Итого:			520	63,80	18,35	9,67	76,42	466,12
Итого ХЕ:					6,37			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1	30/30	31,00	10,10	2,82	2,06	74,00
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	13286	Батон в ассортименте Батон	30	4,00	2,25	0,87	15,42	78,51
Таб. №24/96	3202	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	80	9,80	0,32	0,32	7,84	35,52
Итого:			520	63,80	18,35	9,67	76,42	466,12
Итого ХЕ:					6,37			

Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
401/96	16524	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1	30/30	31,00	10,10	2,82	2,06	74,00
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
Таб. №24/96	7530	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	130	23,86	0,52	0,39	13,39	59,15
Итого:			580	78,86	19,30	10,03	87,11	515,92
Итого ХЕ:					7,26			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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 1 / 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 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
ТТК	18564	Котлета Веста рыбная из минтая (мясо птицы) Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / СМР Минтай п/ф п/ф / Соль йодированная 1 / Сушеные пангасиусовые / Котлетное мясо птицы / Хлеб в ассортименте	50	30,00	8,42	4,98	5,26	99,54
240/96	7309	Картофель запеченный Масло растительное / Соль йодированная 1 / Картофель п/ф	150	19,00	3,09	6,86	25,18	174,82
646/96; 699/2004	1227	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	200	10,00	0,20	0,04	25,73	104,08
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			650	79,40	17,17	18,34	91,79	582,90
Итого ХЕ:					7,65			

11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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 1 / 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 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
ТТК	18564	Котлета Веста рыбная из минтая (мясо птицы)	50	30,00	8,42	4,98	5,26	99,54

Итого:	650	70,40	17,17	16,34	91,79	582,90
Итого ХЕ:			7,65			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (ОВЗ)								
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очч./ Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / 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 1 / Суповой набор / Зелень / Картофель п/ф	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
ТТК	18564	Котлета Веста рыбная из минтая.(мясо птицы) Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / СМР Минтай п/ф п/ф / Соль йодированная 1 / Сухожи панировочные / Котлетное мясо птицы / Хлеб в ассортименте	50	30,00	8,42	4,98	5,26	99,54
240/96	7309	Картофель запеченный Масло растительное / Соль йодированная 1 / Картофель п/ф	150	19,00	3,09	6,86	25,18	174,82
646/96;699/2004	1227	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	200	10,00	0,20	0,04	25,73	104,08
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20
	19152	Рулет с маком Рулет с маком:(Мука в/о / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежие / Сахарная пудра / Ванилин / Мак) / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежие / Сахарная пудра / Ванилин / Мак	50	15,54	5,27	8,24	30,68	217,96

Итого:	700	94,94	22,44	24,58	122,47	800,86
Итого ХЕ:			10,21			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств							
Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
58/13	17969	Салат из моркови с чесноком и соусом <i>Морковь свежая молодая / Чеснок / Соус для детей в асс.</i>	50	0,07	0,01	0,22	1,17
№57, 59/97	12522	Салат картофельный с солёными огурцами <i>Салат картофельный с солёными огурцами (соус): (Картофель(очищенный) / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Соф йодированная 1 / Соус для детей от Злет в асс.)</i>	60	1,10	6,16	5,89	83,40
49/2013	18517	Салат "Ароматный" <i>Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Лимонная кислота / Вода / Масло растительное / Соф йодированная 1</i>	50	0,05	5,00	0,12	45,66
ТТК	15771	Яйцо под соусом с кукурузой <i>Яйцо свежее / Соус для детей от Злет в асс. / Кукуруза консервированная</i>	0,5/10/10	2,93	7,62	2,29	89,45
Таб.№24/96	12397	Русский разносол <i>Огурцы соленые / Помидоры солёные / Капуста квашеная</i>	60	0,79	0,07	1,77	10,87

110/96		168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26
			Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф ошпц. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Папоротный лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Зелень / Картофель п/ф					

		Вторые блюда					
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени "МясБери" с курицей / Пловный пист / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	20,21	13,70	34,41	342,00
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная 1	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69
ТТК	19054	Голубцы ленивые мясные с рисом (фарш особ.) Капуста свежая п/ф о-щц. / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо свежее / Соус томатный(блюда); (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	60/30	2,58	6,85	7,18	100,71
416/96	5456	Биточки рубленые из говядины с соусом Хлеб пшеничный / Вода / Соль йодированная 1 / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное / Соус томатный(блюда); (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	50/30	8,96	8,32	10,12	151,20

240/96	6290	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1	100	2,06	4,57	16,79	116,53
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84

628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
---------------------	-----	--	-----	------	------	-------	-------

Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
------	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	--------

№769/04		342	Булочка Домашняя Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль Ядрированная 1 / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08
ТТК		1202	Булочка Десертная (повидло) Мука в/с / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло / Соль Ядрированная 1 / Дрожжи прессованные / Повидло / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахар ванильный / Вода	50	3,90	3,72	32,17	177,76

Итого:	100,00
--------	--------

Ответственный за издание _____ / _____
СанПин 2.4.2.1.5.90-20

СанПиН 2.2.4.5590-20



Россия, 445003, Самарская обл., Столытти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru