



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 45"

Ошкина Е. Н.

## МЕНЮ

на 08.11.2022

МБУ "Школа № 45"



класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	8495	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	80	12,49	0,64	0,16	6,00	28,00
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96,516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№ 762/97,692/200 4	5144	Кофейный напиток на сгущ.молоке Кофейный напиток / Молоко сгущенное / Сахар песок / Вода	200	17,00	3,31	2,82	22,43	128,34
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	5,00	2,40	3,14	23,81	133,06
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	3,80	2,63	1,02	17,99	91,60

Итого: 547 81,29 20,24 23,61 106,45 719,23  
Итого ХЕ: 8,87

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
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96,516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№ 762/97,692/200 4	5144	Кофейный напиток на сгущ.молоке Кофейный напиток / Молоко сгущенное / Сахар песок / Вода	200	17,00	3,31	2,82	22,43	128,34
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	3,80	2,63	1,02	17,99	91,60

Итого: 435 63,80 17,20 20,32 76,64 558,18  
Итого ХЕ: 6,39

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
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96,516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№ 762/97,692/200 4	5144	Кофейный напиток на сгущ.молоке Кофейный напиток / Молоко сгущенное / Сахар песок / Вода	200	17,00	3,31	2,82	22,43	128,34
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	3,80	2,63	1,02	17,99	91,60

Итого: 435 63,80 17,20 20,32 76,64 558,18  
Итого ХЕ: 6,39

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	8495	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	80	12,49	0,64	0,16	6,00	28,00
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96,516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№ 762/97,692/200 4	5144	Кофейный напиток на сгущ.молоке Кофейный напиток / Молоко сгущенное / Сахар песок / Вода	200	17,00	3,31	2,82	22,43	128,34
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	5,00	2,40	3,14	23,81	133,06
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	3,80	2,63	1,02	17,99	91,60

Итого: 547 81,29 20,24 23,61 106,45 719,23  
Итого ХЕ: 8,87

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	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	6,00	0,18	0,03	0,48	2,91

138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	47,00	10,41	21,54	40,10	395,90
ТТК	4145	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Вода	200	9,40	0,20	0,04	19,01	77,20
УКС	7789	Пицца с ветчиной Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода) / Ветчина / Сыр / Томатная паста / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное	50	26,79	6,63	9,66	15,39	175,02
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,00	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Итого:</b>			705	106,19	32,53	41,15	115,38	961,95
<b>Итого ХЕ:</b>					9,61			

**по 11 класс**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	6,00	0,18	0,03	0,48	2,91
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	47,00	10,41	21,54	40,10	395,90
ТТК	4145	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Вода	200	9,40	0,20	0,04	19,01	77,20
УКС	7789	Пицца с ветчиной Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода) / Ветчина / Сыр / Томатная паста / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное	50	26,79	6,63	9,66	15,39	175,02
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,00	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Итого:</b>			705	106,19	32,53	41,15	115,38	961,95
<b>Итого ХЕ:</b>					9,61			

**Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	17938	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	110/10	31,00	6,01	8,67	29,81	221,27
ТТК	4145	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Вода	200	9,00	0,20	0,04	19,01	77,20
<b>Итого:</b>			320	40,00	6,21	8,71	48,82	298,47
<b>Итого ХЕ:</b>					4,07			

**Обед 3**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	6,00	0,18	0,03	0,48	2,91
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	47,00	10,41	21,54	40,10	395,90
ТТК	4145	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Вода	200	9,40	0,20	0,04	19,01	77,20
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,00	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Итого:</b>			655	79,40	25,90	31,49	99,99	786,93
<b>Итого ХЕ:</b>					8,33			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	10837	Салат из свежей капусты с кукурузой Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная 1	50	0,99	2,02	5,41	43,78
Таб. 24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39
ТТК	183	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Соус майонезный / Горошек зеленый консервированный	0,5/10/10	3,30	9,03	1,51	100,51
<b>Первые блюда</b>							
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Масло растительное	200	11,31	9,48	15,80	193,72

**Вторые блюда**

393/97	146	<b>Сосиска отварная</b> Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95
ТТК	13272	<b>Медальоны из куриного филе</b> Филе Медальон / Масло растительное	55	0,95	3,58	0,73	38,91
№ 403/96	1144	<b>Плов из свинины (окорок)</b> Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90
<b>Гарниры и соусы</b>							
469/96,516/3/04	1669	<b>Макароны отварные</b> Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
464/96	3714	<b>Каша гречневая вязкая</b> Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	4,58	4,81	22,12	150,09
<b>Третьи блюда</b>							
628/96,685/200 4	259	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
<b>Мучные изделия</b>							
№769/04	342	<b>Булочка Домашняя</b> Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло растительное / Вода / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08
ТТК	5149	<b>Крендель с сахаром</b> Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Яйцо свежее / Мука в/с	50	3,94	5,96	30,87	192,88
<b>Хлеб</b>							
	3026	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48

**Итого:** 100,00

Зав. производств. \_\_\_\_\_ Деонова Н. Н.

Ответственный за питание  
СанПин 2.3.2 и 2.3.90-20

УТВЕРЖДАЮ "ДРУЖБА"  
Директор ЗАО КШП "Дружба" / \_\_\_\_\_ Т.В. Солоднева

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

E-mail: eda0910@mail.ru