



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 45"

Ошкина Е. Н.

## МЕНЮ

на 08.12.2022

МБУ "Школа № 45"

Завтрак 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	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	8,29	0,28	0,28	7,91	35,28
№2 от 07,10,2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые куриные / Масло растительное	50	30,00	6,20	7,58	3,10	105,40
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	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	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	19302	Слойка с картофелем,сыром Слойка с картофелем,сыром п/ф 60гр. / Яйцо свежее	50	21,00	3,35	6,42	14,82	130,50
ПП	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
<b>Итого:</b>			<b>560</b>	<b>81,29</b>	<b>19,42</b>	<b>21,35</b>	<b>97,25</b>	<b>658,88</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,10</b>			

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
Таб.№24/96	4942	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	110	11,80	0,44	0,44	10,78	48,84
№2 от 07,10,2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые куриные / Масло растительное	50	30,00	6,20	7,58	3,10	105,40
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	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	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>63,80</b>	<b>16,24</b>	<b>15,09</b>	<b>85,29</b>	<b>541,94</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,11</b>			

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
Таб.№24/96	4942	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	110	11,80	0,44	0,44	10,78	48,84
№2 от 07,10,2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые куриные / Масло растительное	50	30,00	6,20	7,58	3,10	105,40
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	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	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>63,80</b>	<b>16,24</b>	<b>15,09</b>	<b>85,29</b>	<b>541,94</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,11</b>			

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	10185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	70	8,29	0,28	0,28	7,91	35,28
№2 от 07,10,2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые куриные / Масло растительное	50	30,00	6,20	7,58	3,10	105,40
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	12,00	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	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	19302	Слойка с картофелем,сыром Слойка с картофелем,сыром п/ф 60гр. / Яйцо свежее	50	21,00	3,35	6,42	14,82	130,50
ПП	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
<b>Итого:</b>			<b>560</b>	<b>81,29</b>	<b>19,42</b>	<b>21,35</b>	<b>97,25</b>	<b>658,88</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,10</b>			

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	8777	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	145	26,79	0,58	0,44	14,94	66,04
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
ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени отварные "МясБери" с курицей,с маслом: (Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1)	200	54,00	22,45	15,51	38,22	382,34
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
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,40	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>775</b>	<b>106,19</b>	<b>36,83</b>	<b>25,71</b>	<b>102,73</b>	<b>789,63</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,56</b>			

**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
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
ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени отварные "МясБери" с курицей,с маслом: (Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1)	200	54,00	22,45	15,51	38,22	382,34
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
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,40	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>630</b>	<b>79,40</b>	<b>36,25</b>	<b>25,27</b>	<b>87,79</b>	<b>723,59</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,32</b>			

**Обед 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
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
ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени отварные "МясБери" с курицей,с маслом: (Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1)	200	54,00	22,45	15,51	38,22	382,34
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
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,40	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>630</b>	<b>79,40</b>	<b>36,25</b>	<b>25,27</b>	<b>87,79</b>	<b>723,59</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,32</b>			

**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	19302	Слойка с картофелем,сыром Слойка с картофелем,сыром п/ф 60гр. / Яйцо свежее	50	21,00	3,35	6,42	14,82	130,50
372/2014	16357	Компот из вишни Вишня замороженная / Сахар песок / Вода / Лимонная кислота	200	19,00	0,03		20,44	81,88
<b>Итого:</b>			<b>250</b>	<b>40,00</b>	<b>3,38</b>	<b>6,42</b>	<b>35,26</b>	<b>212,39</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>2,94</b>			

**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 ошпц. / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная 1	50	0,99	2,02	5,41	43,78
№ 37/97;17/2004	3671	Салат из солёных огурцов Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Огурцы соленые	50	0,53	2,53	1,57	31,17
Таб.24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39
<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
<b>Вторые блюда</b>							
№2 от 07,10,2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые куриные / Масло растительное	50	6,20	7,58	3,10	105,40
ТТК	17768	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (котл.говяд) Соус Болоньезе (котл.мясо говяд,блюдо): (Котлетное мясо (говядина,мясо птицы) п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Чеснок / Томатная паста / Вода / Соль йодированная 1 / Перец черный молотый) / Спагетти отварные: (Спагетти / Соль йодированная 1 / Масло растительное)	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	20,21	13,70	34,41	342,00

