



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 45"

Ошкина Е. Н.

МЕНЮ

на 14.09.2022

МБУ "Школа № 45"

класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	6142	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	190	21,00	2,85	0,95	39,90	179,55
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
628/96	5520	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	180	4,20	0,90	0,23	13,47	59,55

Итого: 520 62,20 12,86 8,68 105,00 549,56
Итого ХЕ: 8,75

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	Ккалл
Таб. №24/96	6142	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	190	21,00	2,85	0,95	39,90	179,55
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
629/96	9848	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	180	5,80	0,07	0,01	13,69	55,13

Итого: 520 63,80 12,03 8,46 105,22 545,14
Итого ХЕ: 8,77

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	Ккалл
Таб. №24/96	6142	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	190	21,00	2,85	0,95	39,90	179,55
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
629/96	9848	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	180	5,80	0,07	0,01	13,69	55,13

Итого: 520 63,80 12,03 8,46 105,22 545,14
Итого ХЕ: 8,77

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	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	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
401/96	16668	Гуляш из свинины (карбонат) Свинина б/к(карбонат) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста	30/30	38,00	0,44	3,04	2,52	39,19
469/96;516/3/04	1669	Макаронны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
698/1997	19288	Компот из сливы Компот из сливы свежей: (Вода / Сахар песок / Слива свежая / Лимонная кислота)	180	9,00	0,32	0,12	25,51	104,41
пп	193	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04

Итого: 655 79,40 10,94 11,82 92,87 521,61
Итого ХЕ: 7,74

по 11 класс

Сборник рецептов	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	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
401/96	16668	Гуляш из свинины (карбонат) Свинина б/к(карбонат) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста	30/30	38,00	0,44	3,04	2,52	39,19

469/96.516/3/04	1669	Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
698/1997	19288	Компот из сливы / Вода / Сахар песок / Слива свежая / Лимонная кислота	180	9,00	0,32	0,12	25,51	104,41
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			655	79,40	10,94	11,82	92,87	521,61
Итого ХЕ:					7,74			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калл
Холодные блюда							
Таб. №24/96	10905	Дыня свежая (очищенная) Дыня св.	70	0,66	0,33	8,08	37,93
ТТК	7094	Салат из свежих фруктов (яблоко.апельс.) Яблоко свежее / Апельсины свежие / Сахар песок	50	0,36	0,15	14,63	61,31
Таб.24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39
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	200	1,66	4,06	11,02	87,26
Вторые блюда							
401/96	16658	Гуляш из свинины (карбонат) Свинина б/к(карбонат) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста	30/30	0,44	3,04	2,52	39,19
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95
ТТК	18953	Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
Гарниры и соусы							
469/96.516/3/04	1669	Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
240/96	7309	Картофель запеченный Масло растительное / Соль йодированная / Картофель п/ф	150	3,09	6,86	25,18	174,82
466/96.512/3/20 04	6528	Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная / Масло растительное	150	3,75	4,16	39,29	209,60
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
Мучные изделия							
ТТК	13441	Витушка с маком Мука в/с / Молоко / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Мак	50	4,70	3,10	31,54	172,86
687/96	8982	Пирожок с капустой и яйцом Мука в/с / Масло растительное / Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш из свежей капусты с яйцом: (Капуста свежая п/ф очищ. / Соль йодированная / Яйцо свежее / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Масло растительное) / Яйцо свежее	50	3,67	2,77	20,91	123,25
Хлеб							
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04

Итого: 100,00

Зав.производства

Леонова Н. Н.

Ответственный за питание
СанПин 2.3.2.13.90-20

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЗАО КШП "Дружба" /  / Солоднева Т. В.

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

E-mail: eda0910@mail.ru

