



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 45"

Ошкина Е. Н.

МЕНЮ

на 18.10.2022

МБУ "Школа № 45"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	12996	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	120	15,00	1,08	0,24	9,72	45,36
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
773/97;705/200 4	314	Отвар шиповника с сахаром Шиповник / Сахар песок / Вода	200	17,29	0,68	0,28	29,62	123,72
ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	6,00	3,75	1,45	25,70	130,85

Итого: 570 81,29 16,77 18,45 101,26 638,17
Итого ХЕ: 8,44

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	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	8,00	0,54	0,12	4,86	22,68
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	8540	Чай с шиповником Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Шиповник / Сахар песок / Вода	200	9,00	0,24	0,10	18,35	75,26
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	3,80	2,63	1,02	17,99	91,60

Итого: 495 63,80 14,67 17,72 77,42 527,78
Итого ХЕ: 6,45

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	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	8,00	0,54	0,12	4,86	22,68
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	8540	Чай с шиповником Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Шиповник / Сахар песок / Вода	200	9,00	0,24	0,10	18,35	75,26
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	3,80	2,63	1,02	17,99	91,60

Итого: 495 63,80 14,67 17,72 77,42 527,78
Итого ХЕ: 6,45

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	Ккалл
Таб.№24/96	12996	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	120	15,00	1,08	0,24	9,72	45,36
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	34,00	5,61	12,19	0,20	132,95
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
773/97;705/200 4	314	Отвар шиповника с сахаром Шиповник / Сахар песок / Вода	200	17,29	0,68	0,28	29,62	123,72
ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	6,00	3,75	1,45	25,70	130,85

Итого: 570 81,29 16,77 18,45 101,26 638,17
Итого ХЕ: 8,44

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептов	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 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72

422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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 1) / Лук репчатый п/ф	60/30	39,00	9,26	11,49	10,55	182,65
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
698/97	8851	Компот из яблок Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	180	11,00	0,16	0,16	25,57	104,36
ТТК	2539	Пицца с сосисками с соусом Соус майонезный / Сыр / Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода) / Томатная паста / Яйцо свежее / Масло растительное / Сосиски	50	25,00	5,67	12,11	15,49	193,63
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,19	2,28	0,24	14,76	70,32

Итого: 700 106,19 33,26 38,29 104,29 894,77
Итого ХЕ: 8,69

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 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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 1) / Лук репчатый п/ф	60/30	39,00	9,26	11,49	10,55	182,65
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
698/97	8851	Компот из яблок Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	180	11,00	0,16	0,16	25,57	104,36
ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38

Итого: 630 79,40 26,10 26,04 78,87 654,20
Итого ХЕ: 6,57

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 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Масло растительное	200	13,00	11,31	9,48	15,80	193,72
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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 1) / Лук репчатый п/ф	60/30	39,00	9,26	11,49	10,55	182,65
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
698/97	8851	Компот из яблок Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	180	11,00	0,16	0,16	25,57	104,36
ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38

Итого: 630 79,40 26,10 26,04 78,87 654,20
Итого ХЕ: 6,57

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	2539	Пицца с сосисками с соусом Соус майонезный / Сыр / Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода) / Томатная паста / Яйцо свежее / Масло растительное / Сосиски	50	25,00	5,67	12,11	15,49	193,63
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	5149	Крендель с сахаром Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Яйцо свежее / Мука в/с	50	10,00	3,94	5,96	30,87	192,88

Итого: 300 40,00 10,61 18,33 61,33 452,69
Итого ХЕ: 5,11

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
51 ТТК	10892	Салат из свежей капусты со сладким перцем Капуста свежая п/ф очищ. / Перец болгарский / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Лимонная кислота / Сахар песок / Вода / Соль йодированная 1	60	1,07	2,43	5,72	49,03
№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода) / Лук репчатый п/ф)	50	0,48	2,56	2,27	34,04
Таб.24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39

Первые блюда

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	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Мука в/с / Вода / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная 1 / 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 1) / Лук репчатый п/ф	60/30	9,26	11,49	10,55	182,65
ТТК	18963	Котлета Пожарская Котлета "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
Гарниры и соусы							
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло сливочное	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная 1	150	16,83	4,79	35,18	251,15
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	1202	Булочка Desertная (повидло) Мука в/с / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Повидло / Масло растительное / Яйцо свежее / Сахарная пудра / Вода	50	3,90	3,72	32,17	177,76
623/2013	13444	Булочка Масленая Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Сахарная пудра / Яйцо свежее	50	4,26	7,63	29,36	203,15
Хлеб							
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48

Итого: 100,00

Зав.производства: Леонова Н. Н.

Ответственный за качество:
СанПиН 2.1.7.1300-20

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

Россия, 445013 Самарская обл. Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru