



МЕНЮ
на 29.09.2022

на 29.09.2022



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 45"

Ошкина Е. Н.

МБУ "Школа № 45"

класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	2522	Помидор свежий Помидор свежий	50	7,00	0,56	0,10	1,94	10,90
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
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
628/96, 685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	4,20	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
Итого:			500	62,20	19,24	9,14	61,65	405,84
Итого ХЕ:					5,14			

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	2522	Помидор свежий Помидор свежий	50	7,00	0,56	0,10	1,94	10,90
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
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
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
пп	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
Итого:			480	63,80	18,31	8,90	60,37	394,80
Итого ХЕ:					5,03			

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	2522	Помидор свежий Помидор свежий	50	7,00	0,56	0,10	1,94	10,90
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
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
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
пп	13984	Батон в ассортименте Батон	40	5,00	3,00	1,16	20,56	104,68
Итого:			480	63,80	18,31	8,90	60,37	394,80
Итого ХЕ:					5,03			

класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	8,00	0,36	0,05	0,97	5,77
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Картофель п/ф / Крупа перловая / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	17,00	8,93	9,76	13,90	179,15
416/96, 451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42
482/96, 534/04	1497	Капуста свежая тушеная Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота	150	13,00	3,63	4,36	15,44	115,52
ТТК	13441	Витушка с маком Мука в/с / Молоко / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Мак	50	7,70	4,70	3,10	31,54	172,86
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	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			725	87,10	29,16	24,46	96,92	724,50
Итого ХЕ:					8,08			

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	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	8,00	0,36	0,05	0,97	5,77
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Картофель п/ф / Крупа перловая / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	17,00	8,93	9,76	13,90	179,15
416/96,451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42
482/96,534/04	1497	Капуста свежая тушеная Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота	150	13,00	3,63	4,36	15,44	115,52
628/96,685/2004	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	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			675	79,40	24,46	21,36	65,38	551,64
Итого ХЕ:					5,45			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	2382	Огурец свежий Огурец свежий	50	8,00	0,36	0,05	0,97	5,77
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Картофель п/ф / Крупа перловая / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	17,00	8,93	9,76	13,90	179,15
416/96,451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	34,00	8,64	6,74	7,80	126,42
482/96,534/04	1497	Капуста свежая тушеная Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота	150	13,00	3,63	4,36	15,44	115,52
628/96,685/2004	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	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			675	79,40	24,46	21,36	65,38	551,64
Итого ХЕ:					5,45			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
49/2013	18517	Салат "Ароматный" Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Лимонная кислота / Вода / Масло растительное / Соль йодированная 1	50	0,05	5,00	0,12	45,66
Таб. 24/96	7737	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	75	0,68	0,15	6,08	28,39
№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
Первые блюда							
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Картофель п/ф / Крупа перловая / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суловой набор) / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Зелень	200	8,93	9,76	13,90	179,15
Вторые блюда							
416/96,451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	8,64	6,74	7,80	126,42
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	10,10	2,82	2,06	74,00
393/97	146	Сосиска отварная Сосиски	50	5,61	12,19	0,20	132,95
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
482/96,534/04	1497	Капуста свежая тушеная Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Сахар песок / Лавровый лист / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота	150	3,63	4,36	15,44	115,52
№242/97,518/3/2004	1998	Картофель отварной с маслом Масло сливочное / Картофель п/ф	150/5	3,04	4,25	24,52	148,45
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	5149	Крендель с сахаром 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
ТТК	13441	Витушка с маком Мука в/с / Молоко / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Мак	50	4,70	3,10	31,54	172,86
Хлеб							
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32

Итого: 100,00Зав.производства Деонова Н. Н.Ответственный за питание
СанПиН 2.2.4.5590-20УТВЕРЖДАЮ
Директор ЗАО КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

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

E-mail: eda0910@mail.ru

