Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 81"

Утверждаю:
Директор МБОУ "Школа № 81"

МЕНЮ

на 03.02.2026

МБУ "Школа № 81"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6.14/24/96	16235	**Десерт фруктовый (яблоко)** Яблоко свежее мытое					
309/2014	20554	**Фрикадельки из птицы с соусом томатным** Фрикадельки из птицы (кат.в.п.) (Куриное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
464/96	3714	**Каша гречневая вязкая** Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96	259	**Чай с сахаром** Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ранжированный)) / Сахар песок	200			14,97	59,36
Прим	350	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	490	16,91	15,03	79,29	526,17
		Итого ХЕ:				6,61	

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
309/2014	20554	**Фрикадельки из птицы с соусом томатным** Фрикадельки из птицы (кат.в.п.) (Куриное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
464/96	3714	**Каша гречневая вязкая** Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
14/429/96	264	**Чай лимонный** Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ранжированный)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
Прим	350	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	490	16,91	14,74	69,41	477,88
		Итого ХЕ:				5,78	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6.14/24/96	16721	**Десерт фруктовый (апельсин) С не очищен.** Апельсины свежие	125	1,13	0,25	10,13	47,25
309/2014	20554	**Фрикадельки из птицы с соусом томатным** Фрикадельки из птицы (кат.в.п.) (Куриное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
464/96	3714	**Каша гречневая вязкая** Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96	259	**Чай с сахаром** Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ранжированный)) / Сахар песок	200			14,97	59,18
Прим	350	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	615	17,96	14,98	79,28	530,06
		Итого ХЕ:				6,61	

Стоимость рациона: 95,46 руб.

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6.14/24/96	16721	**Десерт фруктовый (апельсин) С не очищен.** Апельсины свежие	125	1,13	0,25	10,13	47,25
309/2014	20554	**Фрикадельки из птицы с соусом томатным** Фрикадельки из птицы (кат.в.п.) (Куриное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
464/96	3714	**Каша гречневая вязкая** Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96	259	**Чай с сахаром** Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ранжированный)) / Сахар песок	200			14,97	59,18
Прим	350	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	615	17,96	14,98	79,28	530,06
		Итого ХЕ:				6,61	

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6.14/24/96	16721	**Десерт фруктовый (апельсин) С не очищен.** Апельсины свежие	125	1,13	0,25	10,13	47,25
309/2014	20554	**Фрикадельки из птицы с соусом томатным** Фрикадельки из птицы (кат.в.п.) (Куриное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
464/96	3714	**Каша гречневая вязкая** Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96	259	**Чай с сахаром** Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ранжированный)) / Сахар песок	200			14,97	59,18
Прим	350	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	615	17,96	14,98	79,28	530,06
		Итого ХЕ:				6,61	

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.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
139/96	169	**Суп картофельный с горохом** Вода / Картофель мф / Горох / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Перловый рис	200	4,93	4,41	15,67	122,49
ТТК	20518	**Голубцы ленивые куриные в соусе** Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	**Картофельное пюре** Картофель мф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	10610	**Чай с сахаром МУ** Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ранжированный)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	305	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,50	58,60
		Итого:	665	18,42	19,98	62,56	503,74
		Итого ХЕ:				5,21	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
139/96	169	**Суп картофельный с горохом** Вода / Картофель мф / Горох / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Перловый рис	200	4,93	4,41	15,67	122,49
ТТК	20518	**Голубцы ленивые куриные в соусе** Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	**Картофельное пюре** Картофель мф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20629	**Напиток из ягод (смесь зим) п.с.** Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
№772/94	2376	**Булочка Дорожная** Мука ш1 / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука ш1 / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	26,89	194,23
	3026	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,46
		Итого:	735	23,82	27,31	112,06	789,30
		Итого ХЕ:				9,34	

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6.24/96	2404	**Десерт фруктовый (апельсин)** Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
139/96	169	**Суп картофельный с горохом** Вода / Картофель мф / Горох / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Перловый рис	200	4,93	4,41	15,67	122,49
ТТК	20518	**Голубцы ленивые куриные в соусе** Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	**Картофельное пюре** Картофель мф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20629	**Напиток из ягод (смесь зим) п.с.** Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
№772/94	2376	**Булочка Дорожная** Мука ш1 / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука ш1 / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	26,89	194,23
	3026	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,46
		Итого:	835	24,72	27,51	120,16	827,10
		Итого ХЕ:				10,01	

Стоимость рациона: 133,85 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6.24/96	2404	**Десерт фруктовый (апельсин)** Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
139/96	169	**Суп картофельный с горохом** Вода / Картофель мф / Горох / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Перловый рис	200	4,93	4,41	15,67	122,49
ТТК	20518	**Голубцы ленивые куриные в соусе** Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	**Картофельное пюре** Картофель мф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20629	**Напиток из ягод (смесь зим) п.с.** Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
№772/94	2376	**Булочка Дорожная** Мука ш1 / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука ш1 / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	26,89	194,23
	3026	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,46
		Итого:	835	24,72	27,51	120,16	827,10
		Итого ХЕ:				10,01	

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
139/96	169	**Суп картофельный с горохом** Вода / Картофель мф / Горох / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Перловый рис	200	4,93	4,41	15,67	122,49
ТТК	20518	**Голубцы ленивые куриные в соусе** Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	**Картофельное пюре** Картофель мф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20629	**Напиток из ягод (смесь зим) п.с.** Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
№772/94	2376	**Булочка Дорожная** Мука ш1 / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука ш1 / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	26,89	194,23
	3026	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,46
		Итого:	735	23,82	27,31	112,06	789,30
		Итого ХЕ:				9,34	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
Сб.рец. Москва 2019	19987	**Салат Оливье с ветчиной** Салат Оливье с ветчиной (Яйцо свежее / Картофель кулинарное мясом Яйца / Ветчина / Огурцы свежие / Горошек зеленый консервированный / Соус майонезный / Соль / Сахар в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел.укроп.петрушка)	75	2,18	3,91	4,02	59,02
ТТК	20102	**Салат Школьные годы** Огурец свежий / Капуста свежая белокочанная / Помидор свежий / Масло	75	0,26	7,53	0,86	72,26
Тб6.14/24/96	2521	**Десерт фруктовый (груша)** Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
		Первые блюда					
139/96	169	**Суп картофельный с горохом** Вода / Картофель мф / Горох / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Перловый рис	200	4,93	4,41	15,67	122,49
		Вторые блюда					
309/2014	20554	**Фрикадельки из птицы с соусом томатным** Фрикадельки из птицы (кат.в.п.) (Куриное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
ТТК	20518	**Голубцы ленивые куриные в соусе** Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Мирель свежая мф / Мука ш1 / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
415/96	16590	**Котлета натуральная из филе цыплят** Яйцо свежее / Филе куриное зам / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	12,12	7,11	4,27	129,59
		Гарниры и соусы					
464/96	3714	**Каша гречневая вязкая** Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
472/96	549	**Картофельное пюре** Картофель мф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
		Третьи блюда					
628/96	259	**Чай с сахаром** Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ранжированный)) / Сахар песок	200			14,97	59,18
		Хлеб					
ПП	12649	**Хлеб пшеничный** Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,98
		Мучные изделия					
ТТК	10782	**Булочка сахарная** Мука ш1 / Вода / Сахар песок / Сол. в ассортименте на основе растительных масел / Сахар песок / Мука ш1 / Дрожжи прессованные / Масло растительное /	50	4,55	3,06	34,59	194,10
ТТК	5100	**Булочка Загадка** Мука ш1 / Вода / Сахар песок / Мука ш1 / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак сушеный	50	4,77	2,02	32,87	198,74

Стоимость рациона: 150 руб.

За прием ед. пищи ответственны: Мелайсова Наталья Мелайсова
Ответственный за питание
Сайтиев Сергей Сергеевич

Россия 446[illegible] г. Самара, ул. Гаванская, 36.
E-mail: sch81@inbox.ru