Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 81"
Кравцова Ирина Вячеславовна

МЕНЮ

на 05.03.2026

МБУ "Школа № 81"

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6 №24/96	1010	Десерт фруктовый (яблоко)	100				
Тольятти 2013г	20527	Макароны отварные с сыром	160	8,56	7,18	44,42	260,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Молодёж	200	5,60	2,00	22,40	139,00
ТТК	20304	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)	15	1,65	3,00		33,60
ГП	13296	Батон в ассортименте	30	2,25	0,87	15,42	79,51
		Итого:	505	18,06	14,07	82,24	512,43
		Итого ХЕ:			1,07		

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
Тб6 №24/96	1123	Десерт фруктовый (апельсин)	125	1,22	0,37	10,94	51,07
Тольятти 2013г	20527	Макароны отварные с сыром	160	8,56	7,18	44,42	260,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Молодёж	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20304	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)	15	1,65	3,00		33,60
ГП	13296	Батон в ассортименте	30	2,25	0,87	15,42	79,51
		Итого:	530	19,28	14,42	93,18	563,50
		Итого ХЕ:				7,76	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6 №24/96	1123	Десерт фруктовый (апельсин)	125	1,22	0,37	10,94	51,07
Тольятти 2013г	20527	Макароны отварные с сыром	160	8,56	7,18	44,42	260,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Молодёж	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20304	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)	15	1,65	3,00		33,60
ГП	13296	Батон в ассортименте	30	2,25	0,87	15,42	79,51
		Итого:	530	19,28	14,42	93,18	563,50
		Итого ХЕ:				7,76	

Стоимость рациона: 95,48 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6 №24/96	1123	Десерт фруктовый (апельсин)	125	1,22	0,37	10,94	51,07
Тольятти 2013г	20527	Макароны отварные с сыром	160	8,56	7,18	44,42	260,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Молодёж	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20304	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)	15	1,65	3,00		33,60
ГП	13296	Батон в ассортименте	30	2,25	0,87	15,42	79,51
		Итого:	530	19,28	14,42	93,18	563,50
		Итого ХЕ:				7,76	

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 №24/96	1123	Десерт фруктовый (апельсин)	125	1,22	0,37	10,94	51,07
Тольятти 2013г	20527	Макароны отварные с сыром	160	8,56	7,18	44,42	260,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Молодёж	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20304	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)	15	1,65	3,00		33,60
ГП	13296	Батон в ассортименте	30	2,25	0,87	15,42	79,51
		Итого:	530	19,28	14,42	93,18	563,50
		Итого ХЕ:				7,76	

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
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сахар пф / Капуста свежая пф (очищенная) / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Томатная паста в мс / Сахар песок / Соль Морковная / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
419/96,451/96 4	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлеты рубленые (говядина,мясо птицы,лавранга) (Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Морковная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс / Мука мс / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль	50	6,54	6,74	7,80	126,42
465/96,511/96 04	294	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль Морковная	100	2,52	4,86	26,54	160,34
ТТК	20628	Напиток из апельсинов в.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	585	18,07	17,46	74,10	513,77
		Итого ХЕ:				6,18	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сахар пф / Капуста свежая пф (очищенная) / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Томатная паста в мс / Сахар песок / Соль Морковная / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
419/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлеты рубленые (говядина,мясо птицы,лавранга) (Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Морковная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс / Мука мс / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль	50/50	9,12	9,28	10,88	163,53
465/96,511/96 04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль Морковная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
ТТК	20628	Напиток из апельсинов в.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
№ 667/96	8985	Пюреное с картофелем Пюре картофельное (Мука мс / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Морковная) / Яйцо свежее / (Картофель пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Соль Морковная) / Мука мс / Масло растительное	50	3,35	1,89	22,39	119,97
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	736	20,22	22,64	112,98	736,64
		Итого ХЕ:				9,42	

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	1109	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сахар пф / Капуста свежая пф (очищенная) / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Томатная паста в мс / Сахар песок / Соль Морковная / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
419/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлеты рубленые (говядина,мясо птицы,лавранга) (Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Морковная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс / Мука мс / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль	50/50	9,12	9,28	10,88	163,53
465/96,511/96 04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль Морковная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
ТТК	20628	Напиток из апельсинов в.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
№ 667/96	8985	Пюреное с картофелем Пюре картофельное (Мука мс / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Морковная) / Яйцо свежее / (Картофель пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Соль Морковная) / Мука мс / Масло растительное	50	3,35	1,89	22,39	119,97
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	810	20,52	22,87	120,72	770,63
		Итого ХЕ:				10,06	

Стоимость рациона: 133,85 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, одних из родителей (законных представителей которых принимают участие в

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб6 №24/96	1109	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сахар пф / Капуста свежая пф (очищенная) / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Томатная паста в мс / Сахар песок / Соль Морковная / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
419/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлеты рубленые (говядина,мясо птицы,лавранга) (Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Морковная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс / Мука мс / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль	50/50	9,12	9,28	10,88	163,53
465/96,511/96 04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль Морковная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
ТТК	20628	Напиток из апельсинов в.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
№ 667/96	8985	Пюреное с картофелем Пюре картофельное (Мука мс / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Морковная) / Яйцо свежее / (Картофель пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Соль Морковная) / Мука мс / Масло растительное	50	3,35	1,89	22,39	119,97
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	810	20,52	22,87	120,72	770,63
		Итого ХЕ:				10,06	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сахар пф / Капуста свежая пф (очищенная) / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Томатная паста в мс / Сахар песок / Соль Морковная / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Лавровый лист)	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
419/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлеты рубленые (говядина,мясо птицы,лавранга) (Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Морковная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс / Мука мс / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль	50/50	9,12	9,28	10,88	163,53
465/96,511/96 04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль Морковная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
ТТК	20628	Напиток из апельсинов в.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
№ 667/96	8985	Пюреное с картофелем Пюре картофельное (Мука мс / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Морковная) / Яйцо свежее / (Картофель пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Соль Морковная) / Мука мс / Масло растительное	50	3,35	1,89	22,39	119,97
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	736	20,22	22,64	112,98	736,64
		Итого ХЕ:				9,42	

Разовое свободного выбора блюд за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
Сб рец.Мск ие 2023г	20260	Салат Зелёный с ветчиной Салат зеленый с ветчиной (Салат Зеленый с ветчиной (Капуста пекинская / Перцы сладкие мясо/с прессованным / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп,петрушка))	75	0,64	7,98	0,81	76,73
ТК 219/7,17/200 4	3671	Салат из солёных огурцов Огурцы солёные / Лук репчатый пф / Масло растительное	50	0,53	2,53	1,57	31,17
Тб6 24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
ТТК	20170	Салат из моркови с яблоками Салат из моркови с яблоками (Яблоки свежие местные / Морковь свежая столовая / Масло растительное)	100	0,31	8,24	6,09	99,71
		Первые блюда					
82/07 ДиТи Прим	15240	Борщ из свежей капусты с картофелем Борщ из свежей капусты с картофелем (Вода / Сахар пф / Капуста свежая пф (очищенная) / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Масло растительное / Томатная паста в мс / Сахар песок / Соль Морковная / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Лавровый лист)	200	1,56	4,11	10,25	84,23
		Вторые блюда					
419/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлеты рубленые (говядина,мясо птицы,лавранга) (Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Морковная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс / Мука мс / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль	50/50	9,12	9,28	10,88	163,53
ТТК	16858	Наггетсы куриные рубленые Наггетсы куриные рубленые пф Б/г / Масло растительное	45	9,38	9,50	2,02	131,10
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
		Гарниры и соусы					
465/96,511/96 04	1005	Макароны отварные Макаронные изделия / Масло растительное / Соль Морковная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
465/96,511/96 04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль Морковная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
		Третьи блюда					
639/99	256	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок	200			14,97	60,18
		Хлеб					
ГП	13649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Мучные изделия					
№ 769/04	342	Булочка Домашняя Мука мс / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука мс / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль Морковная	50	3,95	6,56	31,06	199,08
623/2013	13449	Булочка Маслена Мука мс / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль Морковная	50	4,26	7,63	29,36	203,15

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.произ-вом (шеф-повар) Мирзоев Мирзоев Мирзайонович

Ответственный за ОДУ

Сайт: sch81.org

Россия, 440[illegible] г. Пензы ул. Гагарина, 58

E-mail: school81@mail.ru