Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 81"
Кравцевич Нина Витальевна

МЕНЮ

на 08.12.2025

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 специальной

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб8.№24/96	6864	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	125	0,48	0,48	11,76	53,25
ТТК	17135	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в асс. / Масло сливочное	40	5,29	6,76	10,32	123,50
№ 161/94	1237	Суп молочный с макаронными изделиями Молоко / Макаронные изделия / Масло сливочное / Сахар песок / Соль	200	4,67	4,87	17,20	131,31
628/96г	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	56,18
ТТК	19345	Печенье Дуэт Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
		Итого:	597	12,84	15,27	78,06	547,33
		Итого ХЕ:				6,50	

Завтрак 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
Тб8 №25/96	4937	Сыр порционный Сыр	10	2,44	3,10		37,66
ТТК	20243	Блинчики с яблоками Блинчики с яблоками / Масло растительное	170	5,78	7,61	62,90	343,19
ТТК	19610	Чай с сахаром пс Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,34
		Итого:	400	9,72	11,29	80,17	461,14
		Итого ХЕ:				6,68	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб8.№24/96	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	0,54	0,12	4,86	22,68
Тб8 №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
ТТК	20243	Блинчики с яблоками Блинчики с яблоками / Масло растительное	170	5,78	7,61	62,90	343,19
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной))	200				
		Итого:	470	13,29	14,26	80,75	504,48
		Итого ХЕ:				6,73	

Стоимость рациона: 91,52 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
Тб8.№24/96	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	0,54	0,12	4,86	22,68
Тб8 №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
ТТК	20243	Блинчики с яблоками Блинчики с яблоками / Масло растительное	170	5,78	7,61	62,90	343,19
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной))	200				
		Итого:	470	13,29	14,26	80,75	504,48
		Итого ХЕ:				6,73	

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
Тб8.№24/96	8209	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	60	0,54	0,12	4,86	22,68
Тб8 №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
ТТК	20243	Блинчики с яблоками Блинчики с яблоками / Масло растительное	170	5,78	7,61	62,90	343,19
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной))	200				
		Итого:	470	13,29	14,26	80,75	504,48
		Итого ХЕ:				6,73	

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
126/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая ягр (очищенная) / Картофель ягр / Лук репчатый ягр / Морковь свежая ягр / Масло растительное / Морковь свежая ягр / Соль Ходированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" ягр 70гр. / Масло растительное	50	9,30	7,10	8,50	135,10
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Масло растительное / Соль Ходированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	625	16,45	16,93	80,57	540,46
		Итого ХЕ:				6,71	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
126/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая ягр (очищенная) / Картофель ягр / Лук репчатый ягр / Морковь свежая ягр / Масло растительное / Морковь свежая ягр / Соль Ходированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20400	Котлета куриная "Пожарская" с гарнером (овощное Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" ягр 70гр. / Масло растительное) / овощная смесь (Капуста свежая ягр (очищенная) / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Перец болгарский замороз. (кубик) / Масло растительное / Соль Ходированная)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Масло растительное / Соль Ходированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
	13251	Плюшка Московская Мука вс / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Ходированная / Масло растительное	75	6,36	4,73	46,73	254,93
ПП	196	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Итого:	750	26,46	27,70	135,96	898,93
		Итого ХЕ:				11,33	

Стоимость рациона: 110,17 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
126/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая ягр (очищенная) / Картофель ягр / Лук репчатый ягр / Морковь свежая ягр / Масло растительное / Морковь свежая ягр / Соль Ходированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20400	Котлета куриная "Пожарская" с гарнером (овощное Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" ягр 70гр. / Масло растительное) / овощная смесь (Капуста свежая ягр (очищенная) / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Перец болгарский замороз. (кубик) / Масло растительное / Соль Ходированная)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Масло растительное / Соль Ходированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
697/96	1779	Рассольник с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука вс / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина) (Фарш ягр замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый ягр / Масло растительное / Мука вс / Соль Ходированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль Ходированная	50	7,57	4,37	22,09	157,57
проч	2574	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Итого:	730	28,05	27,38	113,78	813,69
		Итого ХЕ:				9,48	

Стоимость рациона: 128,14 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
126/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая ягр (очищенная) / Картофель ягр / Лук репчатый ягр / Морковь свежая ягр / Масло растительное / Морковь свежая ягр / Соль Ходированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20400	Котлета куриная "Пожарская" с гарнером (овощное Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" ягр 70гр. / Масло растительное) / овощная смесь (Капуста свежая ягр (очищенная) / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Перец болгарский замороз. (кубик) / Масло растительное / Соль Ходированная)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Масло растительное / Соль Ходированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
697/96	1779	Рассольник с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука вс / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина) (Фарш ягр замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый ягр / Масло растительное / Мука вс / Соль Ходированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль Ходированная	50	7,57	4,37	22,09	157,57
проч	2574	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Итого:	730	28,05	27,38	113,78	813,69
		Итого ХЕ:				9,48	

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
126/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая ягр (очищенная) / Картофель ягр / Лук репчатый ягр / Морковь свежая ягр / Масло растительное / Морковь свежая ягр / Соль Ходированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20400	Котлета куриная "Пожарская" с гарнером (овощное Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" ягр 70гр. / Масло растительное) / овощная смесь (Капуста свежая ягр (очищенная) / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Перец болгарский замороз. (кубик) / Масло растительное / Соль Ходированная)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Масло растительное / Соль Ходированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
	13251	Плюшка Московская Мука вс / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Ходированная / Масло растительное	75	6,36	4,73	46,73	254,93
ПП	196	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Итого:	750	26,46	27,70	135,96	898,93
		Итого ХЕ:				11,33	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
64/97	12424	Салат из квашеной капусты (с луком) Капуста квашеная / Лук репчатый ягр / Сахар песок / Масло растительное	50	1,13	2,53	4,71	46,13
125/2013г.	19961	Салат из крабовых палочек с капустой пекинской Яйцо свежее / Капуста пекинская / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Сыр в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый ягр / Вода / Лимонная кислота	50	3,86	5,32	2,89	73,25
Тб8.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
		Первые блюда					
126/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая ягр (очищенная) / Картофель ягр / Лук репчатый ягр / Морковь свежая ягр / Масло растительное / Морковь свежая ягр / Соль Ходированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
		Вторые блюда					
ТТК	20243	Блинчики с яблоками Блинчики с яблоками / Масло растительное	170	5,78	7,61	62,90	343,19
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" ягр 70гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	20656	Котлета Сытная с соп.огурцом Котлета Сытная ягр 80гр. (говяд., мясо птицы) / Огурцы соленые / Масло растительное	90	8,10	10,29	14,82	184,26
		Гарниры и соусы					
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая ягр / Лук репчатый ягр / Масло растительное / Соль Ходированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
340/96	7309	Картофель запеченный Картофель ягр / Масло растительное / Соль Ходированная	150	3,09	6,96	25,18	174,82
		Третьи блюда					
628/96г	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	56,18
		Хлеб					
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Мучные изделия					
ТТК	13449	Булочка Ромашка Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука вс / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука вс / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль Ходированная / Ванилин	60	5,54	5,79	36,60	220,67
№775/04	278	Булочка Российская Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука вс / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Мука вс / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль Ходированная / Ванилин	60	4,54	5,28	36,87	213,16

Стоимость рациона: 145 руб.

Зав.пост.пит. Шепелова Наталья Михайловна

Ответственное лицо _____/

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия, 443020, г. Самара, ул. Ново-Вокзальная, 35 пер. им.Семенова, 35
E-mail: school@school81.ru