Утверждаю
Директор МБОУ "Школа № 81"
_____ /Е.Г. Ф...

МЕНЮ

на 19.02.2025

МБУ "Школа № 81"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ, для 1-4 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	Калл
Тех.№24/96	16309	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	0,36	0,36	9,36	38,52
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом: (Макароны отварные / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в мол. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Специи / Соль Йодированная)	150	6,17	7,96	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1% 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	130,00
ГП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	1,50	0,58	15,28	52,34
		Итого:	470	13,59	11,90	71,51	446,26
		Итого ХЕ:				5,97	

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	Калл
Тех.№24/96	16812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	0,36	0,36	9,36	38,52
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом: (Макароны отварные / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в мол. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Специи / Соль Йодированная)	150	6,17	7,96	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1% 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	130,00
ГП	13286	Батон в ассортименте Батон	20	1,50	0,58	10,38	52,34
		Итого:	460	13,63	11,90	72,61	453,26
		Итого ХЕ:				6,07	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Калл
Тех.№24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	136	1,22	0,27	10,94	51,67
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом: (Макароны отварные / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в мол. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Специи / Соль Йодированная)	150	6,17	7,96	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1% 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	130,00
ГП	13286	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
		Итого:	536	16,74	12,67	91,33	548,32
		Итого ХЕ:				7,61	

Стоимость рациона: 96,49 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	Калл
Тех.№24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	136	1,22	0,27	10,94	51,67
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом: (Макароны отварные / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в мол. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Специи / Соль Йодированная)	150	6,17	7,96	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1% 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	130,00
ГП	13286	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
		Итого:	536	16,74	12,67	91,33	548,32
		Итого ХЕ:				7,61	

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	Калл
Тех.№24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	136	1,22	0,27	10,94	51,67
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом: (Макароны отварные / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в мол. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Специи / Соль Йодированная)	150	6,17	7,96	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1% 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	130,00
ГП	13286	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
		Итого:	536	16,74	12,67	91,33	548,32
		Итого ХЕ:				7,61	

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	Калл
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль Йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в мол. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,36	72,47
403/96	18911	Плов из свинины (свин.лопатка) Рис / Свинина Бж (охлажд.) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в мол. / Соль Йодированная / Лавровый лист	30/150	10,39	21,48	39,99	394,86
ТТК	20633	Напиток из сливок 3вм.Л.С.,	200	0,12	0,06	16,41	66,53
		Вода / Сахар песок / Сливки сливкоразделение / Лимонная кислота					
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Йодированная / Ванилин сахарный	50	4,25	3,19	31,17	170,38
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	106,48
		Итого:	675	19,70	29,19	117,08	809,73
		Итого ХЕ:				9,76	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Калл
	12142	Огурец соленый Огурцы соленые	60	0,63	0,07	1,13	7,27
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль Йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в мол. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,36	72,47
403/96	20435	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина Бж (охлажд.) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в мол. / Соль Йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20633	Напиток из сливок 3вм.Л.С.,	200	0,12	0,06	16,41	66,53
		Вода / Сахар песок / Сливки сливкоразделение / Лимонная кислота					
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Соль Йодированная / Дрожжи прессованные	30	2,56	1,91	18,77	102,47
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	106,48
		Итого:	775	20,64	34,96	105,79	825,38
		Итого ХЕ:				8,82	

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Калл
Тех №24/96	1094	Огурец соленый Огурцы соленые	30	0,27	0,03	0,57	3,63
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль Йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в мол. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,36	72,47
403/96	20435	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина Бж (охлажд.) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в мол. / Соль Йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20633	Напиток из сливок 3вм.Л.С.,	200	0,12	0,06	16,41	66,53
		Вода / Сахар песок / Сливки сливкоразделение / Лимонная кислота					
ТТК	18633	Сырная галочка Сырная галочка (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Йодированная / Масло растительное)	75	9,52	7,34	34,89	250,49
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	106,48
		Итого:	740	27,35	40,35	123,05	964,76
		Итого ХЕ:				10,25	

Стоимость рациона: 133,86 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	Калл
Тех №24/96	1094	Огурец соленый Огурцы соленые	30	0,27	0,03	0,57	3,63
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль Йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в мол. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,36	72,47
403/96	20435	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина Бж (охлажд.) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в мол. / Соль Йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20633	Напиток из сливок 3вм.Л.С.,	200	0,12	0,06	16,41	66,53
		Вода / Сахар песок / Сливки сливкоразделение / Лимонная кислота					
ТТК	18633	Сырная галочка Сырная галочка (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Йодированная / Масло растительное)	75	9,52	7,34	34,89	250,49
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	106,48
		Итого:	740	27,35	40,35	123,05	964,76
		Итого ХЕ:				10,25	

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	Калл
	12142	Огурец соленый Огурцы соленые	60	0,63	0,07	1,13	7,27
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль Йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в мол. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,36	72,47
403/96	20435	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина Бж (охлажд.) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в мол. / Соль Йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20633	Напиток из сливок 3вм.Л.С.,	200	0,12	0,06	16,41	66,53
		Вода / Сахар песок / Сливки сливкоразделение / Лимонная кислота					
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Соль Йодированная / Дрожжи прессованные	30	2,56	1,91	18,77	102,47
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	106,48
		Итого:	735	20,64	34,96	105,79	825,38
		Итого ХЕ:				8,82	

Раздача свободного выбора блюда за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Калл
		Холодные блюда					
ТТК	20170	Салат из моркови с яблоками Салат из моркови с яблоками: (Яблоки свежие местные / Морковь свежая молодая / Масло растительное)	100	0,31	0,24	6,09	99,71
80/2013г.	20144	Салат из свеклы с огурцами соленными (зелен.горошек) Салат из свеклы с огурцом соленым (зелен.горошек): (Свекла свежая п/ф / Огурцы соленые шт / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Лук репчатый п/ф)	100	1,69	6,10	7,37	91,11
СТ.рец.Москва 2022г.	20007	Салат картофельный с ветчиной (жид.прессов.город.зел.огурец соп.соус) Салат картофельный с ветчиной (жид.прессов.город.зел.огурец соп.соус): (Картофель п/ф / Грудка куриная консервированная / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые отварные кулинарные мясные Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль Йодированная)	75	1,64	2,23	9,77	65,69
Тех.24/96	9000	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
		Первые блюда					
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль Йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в мол. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,36	72,47
		Вторые блюда					
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром п/ф Бж / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
ТТК	20518	Голубцы ленивые куриные с соусом томат. Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томат / Вода / Томатная паста в мол. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Специи / Соль Йодированная / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
401/96	18346	Гуляш из свинины Свинина Бж (охлажд.) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в мол. / Мука в/с / Соль Йодированная / Перец черный молотый	40/40	0,70	4,08	3,94	58,11
		Гарниры и соусы					
462/96.531/0/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль Йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
462/96.534/04	1497	Капуста свежая тушеная Капуста свежая п/ф (очищенная) / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Томатная паста в мол. / Морковь свежая п/ф / Соль Йодированная / Мука в/с / Лимонная кислота / Лавровый лист	150	3,63	4,36	15,44	115,52
		Третьи блюда					
628/96г.	269	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварной)) / Сахар песок	200			14,97	60,18
		Хлеб					
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,80
		Мучные изделия					
ТТК	17756	Ватрушка Ароматная Мука сахаро / Мука в/с / Начинка творожно-яблочная в мол. / Вода / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль Йодированная	50	3,17	1,94	19,62	108,61
ТТК	13441	Витушка с мясом Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Йодированная / Фарш говяжий / Масло растительное	50	4,70	3,10	31,54	172,86

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.по в...ой ...ой ...ва Михайловна

Ответ...

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия, г.Самара, ул. Савинова, 35

E-mail: eostkrlstolmas.ru