Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 81"
Комаров Р.Ю. / Ирина Витальевна

МБУ "Школа № 81"

# МЕНЮ
на 18.12.2023

**Завтрак бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых проживает участник в**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Тип 24/96 | 10105 | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее мытое | 170 | 0,28 | 0,28 | 7,91 | 35,28 |
| Тольятти 2019г | 20527 | Макароны отварные с сыром<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное | 180 | 9,56 | 7,16 | 44,42 | 290,32 |
| ТТК | 25403 | Коктейль мол Малышок<br>Коктейль мол Малышок 1л 3,2% | 200 | 5,60 | 3,00 | 22,40 | 139,00 |
| ТТК | 20209 | Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)<br>Изделия кулинарные мясные мяса в пересоленном | 20 | 1,20 | 4,00 | | 44,80 |
| ПП | 196 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 |
| | | Итого: | 645 | 20,20 | 14,72 | 91,95 | 661,44 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 7,66 | |

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Тольятти 2019г | 20527 | Макароны отварные с сыром<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное | 180 | 9,56 | 7,16 | 44,42 | 290,32 |
| ТТК | 25403 | Коктейль мол Малышок<br>Коктейль мол Малышок 1л 3,2% | 200 | 5,60 | 3,00 | 22,40 | 139,00 |
| ТТК | 20209 | Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)<br>Изделия кулинарные мясные мяса в пересоленном | 20 | 1,20 | 4,00 | | 44,80 |
| ПП | 196 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 |
| | | Итого: | 435 | 20,02 | 14,44 | 84,04 | 556,16 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 7,00 | |

**Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Тип 24/96 | 9025 | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие | 110 | 0,99 | 0,22 | 8,91 | 41,58 |
| Тольятти 2019г | 20527 | Макароны отварные с сыром<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное | 180 | 9,56 | 7,16 | 44,42 | 290,32 |
| ТТК | 25403 | Коктейль мол Малышок<br>Коктейль мол Малышок 1л 3,2% | 200 | 5,60 | 3,00 | 22,40 | 139,00 |
| ПП | 196 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 |
| ТТК | 20209 | Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)<br>Изделия кулинарные мясные мяса в пересоленном | 20 | 1,20 | 4,00 | | 44,80 |
| | | Итого: | 545 | 21,01 | 14,66 | 92,95 | 597,74 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 7,75 | |

Стоимость рациона: 91,12 руб.

**Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых проживает участник в**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Тип 24/96 | 9025 | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие | 110 | 0,99 | 0,22 | 8,91 | 41,58 |
| Тольятти 2019г | 20527 | Макароны отварные с сыром<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное | 180 | 9,56 | 7,16 | 44,42 | 290,32 |
| ТТК | 25403 | Коктейль мол Малышок<br>Коктейль мол Малышок 1л 3,2% | 200 | 5,60 | 3,00 | 22,40 | 139,00 |
| ПП | 196 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 |
| ТТК | 20209 | Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)<br>Изделия кулинарные мясные мяса в пересоленном | 20 | 1,20 | 4,00 | | 44,80 |
| | | Итого: | 545 | 21,01 | 14,66 | 92,95 | 597,74 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 7,75 | |

**Бесплатное однократное 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Тип 24/96 | 9025 | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие | 110 | 0,99 | 0,22 | 8,91 | 41,58 |
| Тольятти 2019г | 20527 | Макароны отварные с сыром<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное | 180 | 9,56 | 7,16 | 44,42 | 290,32 |
| ТТК | 25403 | Коктейль мол Малышок<br>Коктейль мол Малышок 1л 3,2% | 200 | 5,60 | 3,00 | 22,40 | 139,00 |
| ПП | 196 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,04 |
| ТТК | 20209 | Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное)<br>Изделия кулинарные мясные мяса в пересоленном | 20 | 1,20 | 4,00 | | 44,80 |
| | | Итого: | 545 | 21,01 | 14,66 | 92,95 | 597,74 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 7,75 | |

**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 | 1106 | Суп картофельный с рисом<br>Вода / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп петрушка) / Соль Водоросли / Лавровый лист | 200 | 2,14 | 2,22 | 17,31 | 98,68 |
| 456/64 | 9587 | Зразы рубленные из говядины<br>Зразы рубленные из говядины (Яйцо куриное / Фарш Особый пф замороженный (мясо птицы (говядина)) / Лук репчатый пф / Морковь / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Водоросли) | 50 | 7,39 | 9,15 | 7,51 | 141,45 |
| ТТК | 15260 | Каша перловая с овощами<br>Вода / Крупа перловая / Лук репчатый пф / Морковь свежая пф / Масло растительное / Соль Водоросли | 150 | 3,65 | 15,41 | 25,18 | 254,04 |
| ТТК | 4145 | Чай фруктовый<br>Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок | 200 | 0,20 | 0,04 | 19,01 | 77,20 |
| ТТК | 13487 | Булочка Загадка<br>Булочка "Загадка" (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Водоросли) / Масло | 30 | 2,87 | 1,21 | 19,72 | 101,25 |
| ТТК | 18152 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 10 | 0,79 | 0,10 | 4,83 | 23,28 |
| | | Итого: | 640 | 17,04 | 28,13 | 92,96 | 696,00 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 7,61 | |

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 139/96 | 1106 | Суп картофельный с рисом<br>Вода / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп петрушка) / Соль Водоросли / Лавровый лист | 200 | 2,14 | 2,22 | 17,31 | 98,68 |
| 419/96 | 20388 | Зразы рубленные из говядины с соусом томатным<br>Зразы рубленные из говядины (Яйцо куриное / Фарш Особый пф замороженный (мясо птицы (говядина)) / Лук репчатый пф / Морковь / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Водоросли) / Соус Томатный (Вода / Томатная паста в ас) / Морковь свежая пф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Водоросли | 70/20 | 10,53 | 13,80 | 12,00 | 214,25 |
| ТТК | 15260 | Каша перловая с овощами<br>Вода / Крупа перловая / Лук репчатый пф / Морковь свежая пф / Масло растительное / Соль Водоросли | 150 | 3,65 | 15,41 | 25,18 | 254,04 |
| ТТК | 20632 | Напиток из сухофруктов п.с.<br>Вода / Сахар песок // Лимонная кислота | 200 | 0,02 | | 15,94 | 63,95 |
| ТТК | 19748 | Пицца Школьная с мясом прессованным<br>Мука в/с / Вода / Изделия кулинарные мясные мяса прессованные / Сыр / Отруби пшеничные / Сол в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в ас. / Дрожжи прессованные / Соль Водоросли | 50 | 3,97 | 5,33 | 17,58 | 134,29 |
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| | | Итого: | 720 | 22,60 | 37,11 | 102,77 | 836,49 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 8,56 | |

Стоимость рациона: 119,14 руб.

**Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых проживает участник в**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 139/96 | 1106 | Суп картофельный с рисом<br>Вода / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп петрушка) / Соль Водоросли / Лавровый лист | 200 | 2,14 | 2,22 | 17,31 | 98,68 |
| 419/96 | 20388 | Зразы рубленные из говядины с соусом томатным<br>Зразы рубленные из говядины (Яйцо куриное / Фарш Особый пф замороженный (мясо птицы (говядина)) / Лук репчатый пф / Морковь / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Водоросли) / Соус Томатный (Вода / Томатная паста в ас) / Морковь свежая пф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Водоросли | 70/20 | 10,53 | 13,80 | 12,00 | 214,25 |
| ТТК | 15260 | Каша перловая с овощами<br>Вода / Крупа перловая / Лук репчатый пф / Морковь свежая пф / Масло растительное / Соль Водоросли | 150 | 3,65 | 15,41 | 25,18 | 254,04 |
| ТТК | 20632 | Напиток из сухофруктов п.с.<br>Вода / Сахар песок // Лимонная кислота | 200 | 0,02 | | 15,94 | 63,95 |
| ТТК | 19748 | Пицца Школьная с мясом прессованным<br>Мука в/с / Вода / Изделия кулинарные мясные мяса прессованные / Сыр / Отруби пшеничные / Сол в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в ас. / Дрожжи прессованные / Соль Водоросли | 50 | 3,97 | 5,33 | 17,58 | 134,29 |
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| | | Итого: | 720 | 22,60 | 37,11 | 102,77 | 836,49 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 8,56 | |

**Обед Бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых проживает участник в**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 139/96 | 1106 | Суп картофельный с рисом<br>Вода / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп петрушка) / Соль Водоросли / Лавровый лист | 200 | 2,14 | 2,22 | 17,31 | 98,68 |
| 419/96 | 20388 | Зразы рубленные из говядины с соусом томатным<br>Зразы рубленные из говядины (Яйцо куриное / Фарш Особый пф замороженный (мясо птицы (говядина)) / Лук репчатый пф / Морковь / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Водоросли) / Соус Томатный (Вода / Томатная паста в ас) / Морковь свежая пф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Водоросли | 70/20 | 10,53 | 13,80 | 12,00 | 214,25 |
| ТТК | 15260 | Каша перловая с овощами<br>Вода / Крупа перловая / Лук репчатый пф / Морковь свежая пф / Масло растительное / Соль Водоросли | 150 | 3,65 | 15,41 | 25,18 | 254,04 |
| ТТК | 4145 | Чай фруктовый<br>Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок | 200 | 0,20 | 0,04 | 19,01 | 77,20 |
| ТТК | 13487 | Булочка Загадка<br>Булочка "Загадка" (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Водоросли) / Масло | 30 | 2,87 | 1,21 | 19,72 | 101,25 |
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| | | Итого: | 720 | 21,67 | 33,03 | 107,98 | 815,86 |
| | | Итого ХЕ: | | | | 9,00 | |

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских**

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Пищевая ценность Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **Холодные блюда** | | | | | |
| 125/2013г | 19961 | Салат из крабовых палочек с капустой пекинской<br>Яйцо (яичко / Капуста пекинская / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Сол в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый пф / Вода / Лимонный сок) | 50 | 3,56 | 8,32 | 2,89 | 73,25 |
| ТТК | 20170 | Салат из моркови с яблоками<br>Салат из моркови с яблоками (Яблоко свежее мытое / Морковь свежая пф / Масло растительное) | 100 | 0,31 | 0,24 | 6,09 | 99,71 |
| Тип 24/96 | 2464 | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 37,80 |
| | | **Первые блюда** | | | | | |
| 139/96 | 1106 | Суп картофельный с рисом<br>Вода / Картофель пф / Морковь свежая пф / Лук репчатый пф / Рис / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп петрушка) / Соль Водоросли / Лавровый лист | 200 | 2,14 | 2,22 | 17,31 | 98,68 |
| | | **Вторые блюда** | | | | | |
| 419/96 | 20388 | Зразы рубленные из говядины с соусом томатным<br>Зразы рубленные из говядины (Яйцо куриное / Фарш Особый пф замороженный (мясо птицы (говядина)) / Лук репчатый пф / Морковь / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль Водоросли) / Соус Томатный (Вода / Томатная паста в ас) / Морковь свежая пф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Водоросли | 70/20 | 10,53 | 13,80 | 12,00 | 214,25 |
| ТТК | 25427 | Голубцы ленивые кубиками с соусом томатным<br>Голубцы ленивые с мясом кубиком (Соус Томатный (Вода / Томатная паста в ас) / Морковь свежая пф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый пф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Водоросли) / Масло растительное | 50/40 | 6,38 | 9,43 | 5,47 | 132,27 |
| 43/96 | 2293 | Запеканка картофельная с говядиной<br>Картофель пф / Фарш пф замороженный (мясо птицы (говядина)) / Лук репчатый пф / Сухари панировочные / Масло растительное / Масло растительное / Соль Водоросли | 121 | 10,71 | 9,32 | 21,78 | 213,84 |
| | | **Гарниры и супы** | | | | | |
| 46/96,51/96 54 | 1669 | Макароны отварные<br>Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль Водоросли | 150 | 5,55 | 4,29 | 36,82 | 205,29 |
| ТТК | 15260 | Каша перловая с овощами<br>Вода / Крупа перловая / Лук репчатый пф / Морковь свежая пф / Масло растительное / Соль Водоросли | 150 | 3,65 | 15,41 | 25,18 | 254,04 |
| | | **Третьи блюда** | | | | | |
| 629/96 | 259 | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок | 200 | | | 14,97 | 56,18 |
| | | **Хлеб** | | | | | |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| | | **Мучные изделия** | | | | | |
| ТТК | 19152 | Рулет с маком<br>Рулет с маком (Яйцо куриное / Мука в/с / Вода / Мак сушеный / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сливочное масло / Дрожжи прессованные / Соль Водоросли / Масло растительное) | 50 | 5,27 | 8,24 | 30,68 | 217,36 |

Стоимость рациона: 145 руб.

Зав.производ[illegible] Михайлова
Ответственный [illegible]
СанПиН [illegible]

Филиал АО "[illegible]" в г. Тольятти, ул. Гаванская, 35
E-mail: [illegible]