Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 81"

Кравцевич Инна Витальевна

МЕНЮ
на 23.12.2025

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	19185	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоки свежие мытые	70	0,28	0,28	7,81	35,28
Тб6л 4/96	2372	Каша молочная пшенная с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,44	7,38	31,38	217,70
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20316	Пирожное сдобное Школьное 50гр. Пирожное сдобное Школьное 50гр	50	4,00	12,50	34,50	229,50
		Итого:	561	13,36	20,53	98,49	594,89
		Итого ХЕ:				7,38	

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
Тб6л 4/96	2372	Каша молочная пшенная с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,44	7,38	31,38	217,70
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ТТК	20316	Пирожное сдобное Школьное 50гр. Пирожное сдобное Школьное 50гр	50	4,00	12,50	34,50	229,50
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	435	12,08	20,23	90,69	556,61
		Итого ХЕ:				6,72	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тб8 №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26	8,76	38,74
Тб6л 4/96	2372	Каша молочная пшенная с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,44	7,38	31,38	217,70
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
ТТК	20316	Пирожное сдобное Школьное 50гр. Пирожное сдобное Школьное 50гр	50	4,00	12,50	34,50	229,50
		Итого:	520	12,42	20,51	99,45	593,35
		Итого ХЕ:				7,45	

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	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26	8,76	38,74
Тб6л 4/96	2372	Каша молочная пшенная с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,44	7,38	31,38	217,70
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
ТТК	20316	Пирожное сдобное Школьное 50гр. Пирожное сдобное Школьное 50гр	50	4,00	12,50	34,50	229,50
		Итого:	520	12,42	20,51	99,45	593,35
		Итого ХЕ:				7,45	

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	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26	8,76	38,74
Тб6л 4/96	2372	Каша молочная пшенная с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,44	7,38	31,38	217,70
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.куп.мясное) Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
ТТК	20316	Пирожное сдобное Школьное 50гр. Пирожное сдобное Школьное 50гр	50	4,00	12,50	34,50	229,50
		Итого:	520	12,42	20,51	99,45	593,35
		Итого ХЕ:				7,45	

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
№ 151/94	1264	Суп лапша домашняя Лапша домашняя (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Морковь свежая мф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.перл.петрушка)/ Горячий лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
401/96	11644	Гуляш из говядины Пф мясной кулинарный Бк из говядины категории А / Лук репчатый мф / Масло растительное / Томатная паста в ст. / Мука ржаная / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86
№464/94 S1 0/3/2004	3199	Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная	150	3,02	3,98	22,97	139,78
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	650	19,17	22,87	82,34	530,17
		Итого ХЕ:				6,86	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 151/94	1264	Суп лапша домашняя Лапша домашняя (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Морковь свежая мф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.перл.петрушка)/ Горячий лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
№ 401/96	13222	Гуляш из говядины Пф мясной кулинарный Бк из говядины категории А / Лук репчатый мф / Масло растительное / Томатная паста в ст. / Мука ржаная / Соль йодированная	50/50	15,16	17,63	2,67	229,99
№464/94 S1 0/3/2004	3199	Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная	150	3,02	3,98	22,97	139,78
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак / Сметана	50	4,77	2,02	32,87	168,74
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	725	27,28	28,46	97,80	752,78
		Итого ХЕ:				8,15	

Стоимость рациона: 118,17 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	18501	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	95	0,86	0,19	7,70	35,91
№ 151/94	1264	Суп лапша домашняя Лапша домашняя (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Морковь свежая мф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.перл.петрушка)/ Горячий лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
№ 401/96	13222	Гуляш из говядины Пф мясной кулинарный Бк из говядины категории А / Лук репчатый мф / Масло растительное / Томатная паста в ст. / Мука ржаная / Соль йодированная	50/50	15,16	17,63	2,67	229,99
№464/94 S1 0/3/2004	3199	Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная	150	3,02	3,98	22,97	139,78
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак / Сметана	50	4,77	2,02	32,87	168,74
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	820	28,14	28,65	105,50	790,67
		Итого ХЕ:				8,79	

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
ТТК	18501	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	95	0,86	0,19	7,70	35,91
№ 151/94	1264	Суп лапша домашняя Лапша домашняя (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Морковь свежая мф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.перл.петрушка)/ Горячий лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
№ 401/96	13222	Гуляш из говядины Пф мясной кулинарный Бк из говядины категории А / Лук репчатый мф / Масло растительное / Томатная паста в ст. / Мука ржаная / Соль йодированная	50/50	15,16	17,63	2,67	229,99
№464/94 S1 0/3/2004	3199	Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная	150	3,02	3,98	22,97	139,78
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак / Сметана	50	4,77	2,02	32,87	168,74
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	725	27,28	28,46	97,80	792,78
		Итого ХЕ:				8,15	

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
№ 151/94	1264	Суп лапша домашняя Лапша домашняя (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Морковь свежая мф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.перл.петрушка)/ Горячий лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
№ 401/96	13222	Гуляш из говядины Пф мясной кулинарный Бк из говядины категории А / Лук репчатый мф / Масло растительное / Томатная паста в ст. / Мука ржаная / Соль йодированная	50/50	15,16	17,63	2,67	229,99
№464/94 S1 0/3/2004	3199	Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная	150	3,02	3,98	22,97	139,78
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак / Сметана	50	4,77	2,02	32,87	168,74
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	725	27,28	28,46	97,80	752,78
		Итого ХЕ:				8,15	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
43/2013	18522	Салат "Ароматный" Салат "Ароматный" (Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Масло растительное / Вода / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	0,09	10,00	0,24	91,31
ТТК	12113	Салат из свежих фруктов (яблоко,груша) Яблоки свежие / Груша свежая / Сахар песок	80	0,27	0,24	20,74	110,20
№ 37/97	12236	Салат из солёных огурцов Огурцы солёные / Лук репчатый мф / Масло растительное	75	0,81	3,82	2,46	47,46
		Первые блюда					
№ 151/94	1264	Суп лапша домашняя Лапша домашняя (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая мф / Лук репчатый мф / Лук репчатый мф / Масло растительное / Морковь свежая мф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.перл.петрушка)/ Горячий лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		Вторые блюда					
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Яйцо свежее / Филе куриное зам / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	12,12	7,11	4,27	129,50
415/96	20222	Биточки рубленые из свинины с соусом (окорок) Свинина бж (окорок) / Хлеб пшичный /Вода / Томатная паста в ст. / Морковь свежая мф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное	75/30	10,01	34,75	12,78	313,86
401/96	11644	Гуляш из говядины Пф мясной кулинарный Бк из говядины категории А / Лук репчатый мф / Масло растительное / Томатная паста в ст. / Мука ржаная / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86
		Гарниры и соусы					
№464/94 S1 0/3/2004	3199	Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная	150	3,02	3,98	22,97	139,78
456/96 S1(2) /04	1649	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,85	4,29	36,02	205,29
		Третьи блюда					
628/96г.	255	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (заварка) / Сахар песок	200			14,97	58,18
		Хлеб					
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Мучные изделия					
ТТК	20004	Рулет с маком Рулет с маком (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Молоко пастер. жирное / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	75	5,94	7,17	34,90	229,24

Стоимость рациона: 145 руб.

Зав производством (шеф-повар) Ирина Михайловна

Ответственный за организацию питания _____

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

ГАРУНДА

Россия 440012, Пензенская область, г. Пенза, ул. Суворова 35

E-mail: school-garunda.ru