МБУ "Школа № 81"

МЕНЮ
09.02.2026

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
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар-песок / Сыр Десертный из ягоды св. черной/ Сахар-песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар-песок	200			14,97	66,18
Тиб.№24/96	15264	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее шесткое	150	0,60	0,60	14,70	70,5
		Итого:	580	17,89	18,76	79,12	567,11
		Итого ХЕ:				6,59	

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
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар-песок / Сыр Десертный из ягоды св. черной/ Сахар-песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар-песок	200			14,97	66,18
Тиб.№24/96	9454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,38	12,88	56,94
		Итого:	475	17,79	18,54	77,30	553,55
		Итого ХЕ:				6,44	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар-песок / Сыр Десертный из ягоды св. черной/ Сахар-песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар-песок	200			14,97	66,18
Тиб.№24/96	9454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,38	12,88	56,94
		Итого:	475	17,79	18,54	77,30	553,55
		Итого ХЕ:				6,44	

Стоимость рациона: 85,46 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
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар-песок / Сыр Десертный из ягоды св. черной/ Сахар-песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар-песок	200			14,97	66,18
Тиб.№24/96	9454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,38	12,88	56,94
		Итого:	475	17,79	18,54	77,30	553,55
		Итого ХЕ:				6,44	

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
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар-песок / Сыр Десертный из ягоды св. черной/ Сахар-песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар-песок	200			14,97	66,18
Тиб.№24/96	9454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,38	12,88	56,94
		Итого:	475	17,79	18,54	77,30	553,55
		Итого ХЕ:				6,44	

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нф / Горох / Морковь свежая нф / Лук репчатый нф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс) / Морковь свежая нф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый нф / Масло растительное / Сахар-песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	145	Картофельное пюре Картофель нф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	2,20	2,44	14,70	98,56
ТТК	19810	Чай с сахаром гпс Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар-песок	200			6,99	27,94
ТТК	19152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	15	0,79	0,10	4,83	23,38
		Итого:	615	16,94	17,23	53,28	435,90
		Итого ХЕ:				4,44	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нф / Горох / Морковь свежая нф / Лук репчатый нф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс) / Морковь свежая нф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый нф / Масло растительное / Сахар-песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар-песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	13490	Булочка Коснича с сахаром Булочка Коснича с сахаром (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар-песок / Мука в/с / Сахар-песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	40	3,82	1,71	27,12	138,35
		Итого:	735	24,38	20,75	113,38	737,50
		Итого ХЕ:				9,45	

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нф / Горох / Морковь свежая нф / Лук репчатый нф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс) / Морковь свежая нф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый нф / Масло растительное / Сахар-песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар-песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	19748	Пицца Школьная с мясом прессованная Мука в/с / Вода / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар-песок / Томатная паста в мс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,97	5,33	17,59	134,20
		Итого:	745	24,65	24,37	103,84	733,35
		Итого ХЕ:				8,65	

Стоимость рациона: 133,65 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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нф / Горох / Морковь свежая нф / Лук репчатый нф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс) / Морковь свежая нф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый нф / Масло растительное / Сахар-песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар-песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	19748	Пицца Школьная с мясом прессованная Мука в/с / Вода / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар-песок / Томатная паста в мс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,97	5,33	17,59	134,20
		Итого:	745	24,65	24,37	103,84	733,35
		Итого ХЕ:				8,65	

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нф / Горох / Морковь свежая нф / Лук репчатый нф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс) / Морковь свежая нф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый нф / Масло растительное / Сахар-песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар-песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	13490	Булочка Коснича с сахаром Булочка Коснича с сахаром (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар-песок / Мука в/с / Сахар-песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	40	3,82	1,71	27,12	138,35
		Итого:	735	24,38	20,75	113,38	737,50
		Итого ХЕ:				9,45	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
СБ.рец.Мос ва 2023г.	2008	Салат Зелёный с ветчиной (изд.прес.капуста пекин,огурец св.) Салат Зелёный с ветчиной (изд.прес.капуста пекин,огурец св.) (Капуста пекинская / Изделия кулинарные мясные Мясо прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп,петрушка))	50	0,43	5,25	0,54	51,15
№711/2004	129	Винегрет овощной Картофель нф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла нф / Лук репчатый нф / Морковь свежая нф / Масло растительное / Соль йодированная	100	1,63	10,04	8,38	130,40
Тиб.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
		Первые блюда					
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нф / Горох / Морковь свежая нф / Лук репчатый нф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп,петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
		Вторые блюда					
ТТК	26717	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар-песок / Сыр Десертный из ягоды св. черной/ Сахар-песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Сахар-песок / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	150/30	19,97	20,97	61,74	515,54
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс) / Морковь свежая нф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый нф / Масло растительное / Сахар-песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Яйцо свежее / Филе куриное охл. / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	12,12	7,11	4,27	129,59
		Гарниры и соусы					
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
462/96.534/6 4	1497	Капуста свежая тушеная Капуста свежая нф (квашеная) / Лук репчатый нф / Сахар-песок / Масло растительное / Томатная паста в мс. / Морковь свежая нф / Соль йодированная / Мука в/с / Лавровый лист / Лавровый лист	150	3,83	4,36	15,44	115,52
		Третьи блюда					
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар-песок	200			14,97	66,18
		Хлеб					
ГП	196	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	20739	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	35	2,38	0,46	13,93	69,34
		Мучные изделия					
ТТК	17756	Ватрушка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Начинка творожная в мс. / Вода / Сахар-песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль	50	3,17	1,94	19,62	108,81
ТТК	19152	Рулет с маком Рулет с маком (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Масло сливочное / Сахар-песок / Масло растительное / Сахар-песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	50	5,27	8,24	30,68	217,96

Стоимость рациона: 150 руб.

Зам.директора по АХР Ивановна Михайловна

Ответственный _____ /

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия, 443081, Самарская область, г. о. г. Самара, ул. Семенова, 35

E-mail: school81@mail.ru