



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 34"

Стегачева Алла Евгеньевна

## МЕНЮ

на 24.02.2026

МБУ "Школа № 34"

**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 военной операции**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,28
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	20755	Печенье Овсяное Печенье овсяное Царское сокровище	40	2,20	5,60	25,60	161,60
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76

**Итого: 505 16,31 19,67 103,83 657,59**  
**Итого ХЕ: 8,65**

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	20755	Печенье Овсяное Печенье овсяное Царское сокровище	40	2,20	5,60	25,60	161,60
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

**Итого: 480 13,61 18,00 93,99 592,40**  
**Итого ХЕ: 7,83**

**Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
Таб. №25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,28
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	20755	Печенье Овсяное Печенье овсяное Царское сокровище	40	2,20	5,60	25,60	161,60
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76

**Итого: 615 16,87 20,11 116,00 712,47**  
**Итого ХЕ: 9,67**

Стоимость рациона: 95,46 руб.

**Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,28
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	20755	Печенье Овсяное Печенье овсяное Царское сокровище	40	2,20	5,60	25,60	161,60
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Итого:</b>			<b>615</b>	<b>16,87</b>	<b>20,11</b>	<b>116,00</b>	<b>712,47</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>9,67</b>	

**Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,28
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом Молоко / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	6,00	7,51	39,54	249,75
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	20755	Печенье Овсяное Печенье овсяное Царское сокровище	40	2,20	5,60	25,60	161,60
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Итого:</b>			<b>615</b>	<b>16,87</b>	<b>20,11</b>	<b>116,00</b>	<b>712,47</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>9,67</b>	

**Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс, обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20402	Котлета из говядины с гарниром (сл.огурцом) Котлета из говядины : (Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное)	70/20	9,31	13,08	7,04	183,10
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,55	3,06	34,59	184,10
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>720</b>	<b>23,01</b>	<b>25,45</b>	<b>107,94</b>	<b>752,79</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>8,99</b>	

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65

ТТК	19008	Котлета рубленая из говядины Котлета рубленая из говядины п/ф 74 гр. / Масло растительное	60	9,20	14,30	9,40	203,07
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76

**Итого:** 650 19,11 23,68 80,63 612,09  
**Итого ХЕ:** 6,72

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20402	Котлета из говядины с гарниром (сл.огурцом) Котлета из говядины : (Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Масло растительное)	70/20	9,31	13,08	7,04	183,10
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,55	3,06	34,59	184,10
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32

**Итого:** 720 23,01 25,45 107,94 752,79  
**Итого ХЕ:** 8,99

Стоимость рациона: 114,91 руб.

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20402	Котлета из говядины с гарниром (фл.огурцом) Котлета из говядины : (Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Масло растительное)	70/20	9,31	13,08	7,04	183,10
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,55	3,06	34,59	184,10
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60

**Итого:** 815 23,53 25,61 113,58 778,87  
**Итого ХЕ:** 9,46

Стоимость рациона: 133,65 руб.

**Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20402	Котлета из говядины с гарниром (сл.огурцом) Котлета из говядины : (Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Масло растительное)	70/20	9,31	13,08	7,04	183,10

464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	4,55	3,06	34,59	184,10
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 815 23,53 25,61 113,58 778,87

Итого ХЕ: 9,46

Полдник для обучающихся 1-4 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20176	Рулет с маком Рулет с маком: (Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное))	100	10,54	16,48	61,36	435,92
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94

Итого: 300 10,54 16,48 68,35 463,86

Итого ХЕ: 5,70

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Холодные блюда</b>							
Сб.реп. Москва 2022г.	2011	Салат Цезарь (котл.мясо птицы,капуста пек,соус) Салат Цезарь (котл.мясо птицы,капуста пек,соус): (Котлетное мясо птицы / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Хлеб пшеничный / Сыр / Соль йодированная)	50	5,81	9,63	5,98	133,84
Сб.реп. Москва 2022г.	2006	Салат Зелёный с курицей и сыром (капуста пек.кукур.конс.соус) Салат Зелёный с курицей и сыром (капуста пек.кукур.конс.соус): (Яйцо свежее / Капуста пекинская / Котлетное мясо птицы / Кукуруза консервированная / Сыр / Соус в ассортименте на основе растительного масла)	50	5,24	6,11	2,19	84,67
49/2013	9078	Салат "Ароматный" Салат "Ароматный": (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф / Лимонная кислота)	90	1,15	9,00	3,09	97,96
Таб.№24/96	12722	Десерт фруктовый (киви) Киви	120	0,96	0,48	9,72	47,04
Таб.№24/96	15044	Десерт фруктовый (мандарин очищенный) Мандарины свежие д/с	100	1,08	0,27	10,13	47,25

**Первые блюда**

№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
----------	-----	--	-----	------	------	-------	-------

**Вторые блюда**

401/96	18346	Гуляш из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	40/40	0,70	4,06	3,94	55,11
303/96, акт от 29,11,18г.	18880	Рыба горбуша припущенная СМ/Р Горбуша ПБГ / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная	40	1,14	0,35	0,25	8,71
436/96	15458	Цыпленок запеченный Цыпленок бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
416/96	5456	Биточки рубленые из говядины с соусом Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50/30	8,96	8,32	10,12	151,20

**Гарниры и соусы**

464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96;516/3/04	1669	Макаронные отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29

**Третьи блюда**

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
----------	-----	---	-----	--	--	-------	-------

**Хлеб**

пп	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
----	-------	---------------------------------------	----	------	------	------	-------

**Мучные изделия**

ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
-----	-------	---	----	------	------	-------	--------

№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08
---------	-----	---	----	------	------	-------	--------

**Стоимость рациона: 150 руб.**

Зав.производство

Ответственный за качество  
СанПиН 2.3/2.1.3008-20



Россия, 445043, Самарская обл., Голыятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru