



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 34"

Стегачева Алла Евгеньевна

МЕНЮ

на 11.03.2026

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припуш.(капуста,морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная)) / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96	15763	Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 560 13,76 17,19 78,31 529,32
Итого ХЕ: 6,53

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
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припуш.(капуста,морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная)) / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96	15763	Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	18336	Печенье Сахарное 16г. Печенье сахарное	16	1,20	1,57	11,90	66,53
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 481 14,94 18,40 81,37 557,17
Итого ХЕ: 6,78

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	110	1,65	0,55	23,10	103,95
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припуш.(капуста,морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная)) / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96	15763	Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 570 15,01 17,34 90,11 582,87
Итого ХЕ: 7,51

Стоимость рациона: 95,46 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	110	1,65	0,55	23,10	103,95
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припущ. (капуста, морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) // Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96	15763	Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 570 15,01 17,34 90,11 582,87
Итого ХЕ: 7,51

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	110	1,65	0,55	23,10	103,95
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припущ. (капуста, морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) // Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96	15763	Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 570 15,01 17,34 90,11 582,87
Итого ХЕ: 7,51

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
82/07 ДеЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25	84,23
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный	200			9,70	38,80
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 700 18,39 33,05 85,67 713,66
Итого ХЕ: 7,14

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	8073	Огурец солёный Огурцы соленые	35	0,31	0,04	0,66	4,24
82/07 ДеЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25	84,23
403/96	19911	Плов из свинины (свин.лопатка) Рис / Свинина б/к (лопатка) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	10,39	21,48	39,99	394,86

ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный	200			9,70	38,80
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 640 14,15 25,84 72,90 580,73
Итого ХЕ: 6,08

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
82/07 ДеЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25	84,23
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный	200			9,70	38,80
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 700 18,39 33,05 85,67 713,66
Итого ХЕ: 7,14

Стоимость рациона: 114,91 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
82/07 ДеЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25	84,23
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный	200			9,70	38,80
ТТК	20749	Пицца Школьная с мясом прессованным Пицца Школьная с мясом прессованным: (Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	75	5,95	8,00	26,37	201,30
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 685 21,53 40,74 96,15 837,38
Итого ХЕ: 8,01

Стоимость рациона: 133,65 руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
82/07 ДеЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25	84,23
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный	200			9,70	38,80
ТТК	20749	Пицца Школьная с мясом прессованным Пицца Школьная с мясом прессованным: (Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	75	5,95	8,00	26,37	201,30
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 685 21,53 40,74 96,15 837,38
Итого ХЕ: 8,01

**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
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
ТТК	7193	Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,36	166,76
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
Итого:			350	7,51	6,72	31,66	217,16
Итого ХЕ:						2,64	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

Холодные блюда

125/2013г.	19961	Салат из крабовых палочек с капустой пекинской Яйцо свежее / Капуста пекинская / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота	50	3,66	5,32	2,69	73,25
Сб.рец. 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.рец. 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
ТТК	3636	Салат "Молодость" с соусом Яйцо свежее / Огурцы соленые / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная	75	2,74	8,45	2,91	98,65
Таб.№24/96	15044	Десерт фруктовый (мандарин очищенный) Мандарины свежие д/с	100	1,08	0,27	10,13	47,25

Первые блюда

82/07 ДеЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25	84,23
------------------	-------	---	-----	------	------	-------	-------

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
422/96	3160	Тефтели с соусом (говядина,курица,хлеб) 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) / Лук репчатый п/ф / Вода / Хлеб пшеничный / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	60/30	9,26	11,49	10,55	182,65
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
ТТК	17748	Рулет Галантин с сыром Рулет Галантин с сыром п/ф	50	11,41	9,98	0,50	137,45
ТТК	20319	Котлета из говядины Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное	70	9,11	12,96	6,35	178,48

Гарниры и соусы

465/96;511/3/04	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,52	4,86	26,64	160,34
469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Вода / Макароны / 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	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
----	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	-------

Кондитерские изделия

ТТК	20758	Печенье Курабье 20гр.для дет.питания Печенье Курабье для дет питания	20	1,40	4,00	13,00	93,60
-----	-------	---	----	------	------	-------	-------

Мучные изделия

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 / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39
-----	-----	--	----	------	------	-------	--------

Стоимость рациона: 150 руб.Зав.производства Ильина Г. А.

Ответственный за питание _____ /

СанПиН 2.3/1.4.3680-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru