



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 34"

Стегачева Алла Евгеньевна

# МЕНЮ

на 25.12.2024



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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	16310	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	140	20,58	0,56	0,56	13,72	62,16
ТТК	20328	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	100/10	46,00	14,72	7,19	33,99	259,55
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
Итого:			500	74,58	20,05	9,77	80,58	490,45
Итого ХЕ:					6,72			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. 24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	12,40	0,32	0,32	7,84	35,52
ТТК	20328	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	100/10	46,00	14,72	7,19	33,99	259,55
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
Итого:			440	66,40	19,81	9,53	74,70	463,81
Итого ХЕ:					6,23			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. 24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	12,40	0,32	0,32	7,84	35,52
ТТК	20328	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	100/10	46,00	14,72	7,19	33,99	259,55
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
Итого:			440	66,40	19,81	9,53	74,70	463,81
Итого ХЕ:					6,23			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	16,75	0,56	0,44	12,17	54,88
ТТК	20328	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	100/10	46,00	14,72	7,19	33,99	259,55
№762/97,692/04	3524	Кофейный напиток с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / Кофейный напиток	200	18,00	3,39	2,95	23,13	132,63
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
Итого:			470	86,75	23,44	12,60	102,16	615,80
Итого ХЕ:					8,51			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	16,75	0,56	0,44	12,17	54,88
ТТК	20328	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	100/10	46,00	14,72	7,19	33,99	259,55
№762/97,692/04	3524	Кофейный напиток с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / Кофейный напиток	200	18,00	3,39	2,95	23,13	132,63
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
Итого:			470	86,75	23,44	12,60	102,16	615,80
Итого ХЕ:					8,51			

**Витаминация**

**Завтрак бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс; ОВЗ с 1 по 4 класс; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак); Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	19947	Сок Сады Придонья в асс.125гр. <small>Сок Сады Придонья яблочный 0,125л</small>	125	19,81			14,75	59,00

**Итого:** 125 19,81 14,75 59,00  
**Итого ХЕ:** 1,23

**Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне <small>Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) <small>Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль</small>	150/75	56,00	6,23	13,24	38,59	298,39
698/97	15346	Компот из яблок (местное) <small>Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота</small>	200	15,00	0,18	0,18	28,36	115,79
Пром	350	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	50	5,43	3,80	0,40	24,60	117,20
ПП	11521	Хлеб ржаной <small>Хлеб ржаной</small>	40	4,00	2,72	0,52	15,92	79,24
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте <small>Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее</small>	35	9,00	1,64	5,74	14,41	115,86

**Итого:** 750 104,43 25,88 29,55 137,68 920,21  
**Итого ХЕ:** 11,47

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне <small>Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) <small>Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль</small>	150/75	56,00	6,23	13,24	38,59	298,39
ТТК	14005	Чай яблочный <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок</small>	200	7,60	0,06	0,06	13,38	54,30
пром	2974	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	40	4,00	3,04	0,32	19,68	93,76

**Итого:** 665 82,60 20,64 23,09 87,45 640,18  
**Итого ХЕ:** 7,29

**11 класс**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне <small>Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) <small>Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль</small>	150/75	56,00	6,23	13,24	38,59	298,39
ТТК	14005	Чай яблочный <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок</small>	200	7,60	0,06	0,06	13,38	54,30
пром	2974	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	40	4,00	3,04	0,32	19,68	93,76

**Итого:** 665 82,60 20,64 23,09 87,45 640,18  
**Итого ХЕ:** 7,29

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 37/97	12235	Салат из солёных огурцов <small>Огурцы соленые / Лук репчатый п/ф / Масло растительное</small>	75	18,46	0,81	3,82	2,46	47,46
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне <small>Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) <small>Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль</small>	150/75	56,00	6,23	13,24	38,59	298,39
698/97	15346	Компот из яблок (местное) <small>Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота</small>	200	15,00	0,18	0,18	28,36	115,79
ПП	11521	Хлеб ржаной <small>Хлеб ржаной</small>	40	4,00	2,72	0,52	15,92	79,24
пром	2974	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	40	4,00	3,04	0,32	19,68	93,76

ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	9,00	1,64	5,74	14,41	115,86
-----	-------	---	----	------	------	------	-------	--------

**Итого:** 815 121,46 25,93 33,29 135,22 944,23  
**Итого ХЕ:** 11,27

**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 военной операции**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль	150/75	56,00	6,23	13,24	38,59	298,39
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	200	15,00	0,18	0,18	28,36	115,79
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,43	3,80	0,40	24,60	117,20
ПП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	4,00	2,72	0,52	15,92	79,24
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	9,00	1,64	5,74	14,41	115,86

**Итого:** 750 104,43 25,88 29,55 137,68 920,21  
**Итого ХЕ:** 11,47

**витаминация**

**Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции (первая смена); ОВЗ с 1 по 4 класс; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся во вторую смену (обед); Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей)**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	19,81	0,30	0,23	7,73	34,19

**Итого:** 75 19,81 0,30 0,23 7,73 34,19  
**Итого ХЕ:** 0,64

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	18633	Сырная палочка Сырная палочка: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	75	29,00	9,52	7,34	36,59	250,49
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	6,86	0,06	0,06	13,38	54,30

**Итого:** 275 35,86 9,58 7,40 49,97 304,79  
**Итого ХЕ:** 4,16

**Витаминация**

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20349	Печенье Хлебный спас сдобное Полезный завтрак в асс 32гр. Печенье Хлебный спас сдобное Полезный завтрак в асс 32гр.	32	19,81	2,36	5,28	22,08	145,28

**Итого:** 32 19,81 2,36 5,28 22,08 145,28  
**Итого ХЕ:** 1,84

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень)	50	1,44	2,54	2,68	39,35
40/97	6353	Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом : (Помидор свежий / Огурец свежий / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)	50	0,76	6,78	2,14	72,62
Сб.рец.Москва 2022г.	2008	Салат Зеленый с ветчиной Салат Зеленый с ветчиной: (Капуста пекинская / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень)	50	0,43	5,25	0,54	51,15
таб.24/96	20336	Десерт фруктовый (мандарин очищенный) Мандарины свежие	70	0,76	0,19	7,09	33,08
Таб.№24/96	6584	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	130	1,95	0,65	27,30	122,85

**Первые блюда**

138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	11,31	9,48	15,80	193,72
--------	-------	--	-----	-------	------	-------	--------

**Вторые блюда**

401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	1,50	6,03	3,78	75,44
--------	-------	--	-------	------	------	------	-------

416/96	5456	<b>Биточки рубленые из говядины с соусом</b> 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
ТТК	19743	<b>Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное</b> Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.	50	7,04	19,80	0,19	207,12
	13177	<b>Медальоны куриные с сыром</b> Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
ТТК	20242	<b>Блинчики с вареной сгущенкой</b> Блинчики с вареной сгущенкой п/ф Дана / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
<b>Гарниры и соусы</b>							
464/96	3714	<b>Каша гречневая вязкая</b> Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96,516/3/0 4	1669	<b>Макароны отварные</b> Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
<b>Третьи блюда</b>							
628/96г.	259	<b>Чай с сахаром</b> Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
пп	17090	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб в ассортименте	30	2,10	0,33	12,99	63,33
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	13294	<b>Булочка Грибок</b> Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	4,61	3,70	31,48	177,66
№ 779/04	1641	<b>Булочка Молочная</b> Мука в/с / Молоко / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная	50	4,96	1,83	28,94	152,07
			<b>Итого:</b>	130,00			

Зав.производство: Ильина Е. А.

Ответственный за питание  
СанПИН 2.3/2.4.3590-20



Россия, 445043, Самарская обл., г.Сызрань, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru