



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 34"

Стегачева Алла Евгеньевна

МЕНЮ

на 01.03.2025

МБУ "Школа № 34"

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 №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) <small>Сыр / Батон</small>	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом <small>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная</small>	200/5	32,00	8,35	9,82	34,12	258,26
№629/96	264	Чай лимонный <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий</small>	200	8,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	20084	Печенье Овсяное <small>Печенье овсяное</small>	23	5,10	1,38	0,83	14,49	70,93
Итого:			468	70,10	16,78	17,19	76,81	529,05
Итого ХЕ:					6,40			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) <small>Сыр / Батон</small>	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом <small>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная</small>	200/5	32,00	8,35	9,82	34,12	258,26
№629/96	264	Чай лимонный <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий</small>	200	8,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	20084	Печенье Овсяное <small>Печенье овсяное</small>	23	5,10	1,38	0,83	14,49	70,93
Итого:			468	70,10	16,78	17,19	76,81	529,05
Итого ХЕ:					6,40			

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 №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) <small>Сыр / Батон</small>	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
Таб №24/96	7092	Десерт фруктовый (мандарин) <small>Мандарины свежие</small>	90	21,42	0,72	0,18	6,75	31,50
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом <small>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная</small>	200/5	32,00	8,35	9,82	34,12	258,26
№629/96	264	Чай лимонный <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий</small>	200	8,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	20084	Печенье Овсяное <small>Печенье овсяное</small>	23	5,10	1,38	0,83	14,49	70,93
Итого:			558	91,52	17,50	17,37	83,56	560,55
Итого ХЕ:					6,96			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) <small>Сыр / Батон</small>	20/20	25,00	6,97	6,53	12,99	138,61
Таб №24/96	7092	Десерт фруктовый (мандарин) <small>Мандарины свежие</small>	90	21,42	0,72	0,18	6,75	31,50
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом <small>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная</small>	200/5	32,00	8,35	9,82	34,12	258,26
№629/96	264	Чай лимонный <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий</small>	200	8,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	20084	Печенье Овсяное <small>Печенье овсяное</small>	23	5,10	1,38	0,83	14,49	70,93
Итого:			558	91,52	17,50	17,37	83,56	560,55
Итого ХЕ:					6,96			

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
Таб 24 1996г.	18335	Огурец солёный <small>Огурцы соленые д/с</small>	20	4,00	0,18	0,02	0,38	2,42
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне <small>Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист</small>	200	18,00	9,08	10,61	7,74	162,76
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти <small>Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти</small>	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
469/96,516/3/04	1669	Макаронны отварные <small>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с <small>Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота</small>	200	10,00	0,01	0,01	6,92	27,76

ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,10	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			655	87,10	23,19	24,90	69,29	594,00
Итого ХЕ:					5,77			

11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб 24 1996г.	18335	Огурец солёный Огурцы соленые д/с	20	4,00	0,18	0,02	0,38	2,42
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	18,00	9,08	10,61	7,74	162,76
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,00	0,01	0,01	6,92	27,76
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,10	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			655	87,10	23,19	24,90	69,29	594,00
Итого ХЕ:					5,77			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	7578	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	165	41,04	0,66	0,50	17,00	75,14
Таб 24 1996г.	18335	Огурец солёный Огурцы соленые д/с	20	4,00	0,18	0,02	0,38	2,42
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	18,00	9,08	10,61	7,74	162,76
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,00	0,01	0,01	6,92	27,76
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,10	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			820	128,14	23,85	25,40	86,29	669,14
Итого ХЕ:					7,19			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
13/2004	13728	Салат зелёный Салат зелёный (капуста пекинская): (Капуста пекинская / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)	50	0,82	1,24	0,25	15,42
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
	12252	Икра кабачковая (консерв) Икра кабачковая (консерв)	90	1,88	8,46	8,08	115,98
Таб.№24/96	6871	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	135	2,03	0,68	28,35	127,64
Первые блюда							
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	9,08	10,61	7,74	162,76
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
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	5,61	9,69	1,02	113,73
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 56гр. / Масло растительное	50	9,30	7,10	8,50	135,10
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой п/ф Дана / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
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;516/3/0 4	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны 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

ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	4,83	23,38
-----	-------	----------------------------------	----	------	------	------	-------

Кондитерские изделия

ТТК	20140	Печенье Овсяное 2шт. Печенье овсяное	46	2,76	1,66	28,98	141,86
-----	-------	---	----	------	------	-------	--------

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
-----	-------	---	----	------	------	-------	--------

Итого: 137,00Зав.производство: Ильина Г.А.Ответственный за питание
СанПин 2.3/2.4.3996-20

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

E-mail: eda0910@mail.ru