



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 34"

Стегачева Алла Евгеньевна

# МЕНЮ

на 12.03.2025

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	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	13,68	0,40	0,40	11,30	50,40
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	58,00	3,95	11,49	47,23	308,16
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	5,00	4,31	1,87	29,72	152,95
<b>Итого:</b>			500	78,68	8,66	13,76	88,25	511,51
<b>Итого ХЕ:</b>					7,35			

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
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	58,00	3,95	11,49	47,23	308,16
ТТК	806	Печенье 2шт Печенье сахарное	40	7,10	3,20	3,60	31,20	170,00
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
<b>Итого:</b>			390	70,10	7,15	15,09	93,40	544,34
<b>Итого ХЕ:</b>					7,78			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	58,00	3,95	11,49	47,23	308,16
ТТК	806	Печенье 2шт Печенье сахарное	40	7,10	3,20	3,60	31,20	170,00
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
<b>Итого:</b>			390	70,10	7,15	15,09	93,40	544,34
<b>Итого ХЕ:</b>					7,78			

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	12973	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	140	26,52	1,26	0,28	11,34	52,92
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	58,00	3,95	11,49	47,23	308,16
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	5,00	4,31	1,87	29,72	152,95
<b>Итого:</b>			540	91,52	9,52	13,64	88,29	514,03
<b>Итого ХЕ:</b>					7,36			

Бесплатное однократное 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	12973	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	140	26,52	1,26	0,28	11,34	52,92
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог обезжиренный / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	58,00	3,95	11,49	47,23	308,16
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,00				
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	5,00	4,31	1,87	29,72	152,95
<b>Итого:</b>			540	91,52	9,52	13,64	88,29	514,03
<b>Итого ХЕ:</b>					7,36			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	20389	Фрикадельки из говядины с соусом томатным Фрикадельки из говядины / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	50/50	51,00	8,23	10,04	7,44	152,99
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
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
№779/04	10238	Булочка Молочная Булочка Молочная: (Булочка Молочная: (Мука в/с / Молоко / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная))	30	5,17	2,98	1,10	17,37	91,30
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60

**Итого:** 705 110,17 26,80 26,08 101,49 747,92  
**Итого ХЕ:** 8,46

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	13257	Фрикадельки из говядины Фрикадельки из говядины / Масло растительное	50	41,00	7,75	9,96	4,35	138,04
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,10	0,06	0,06	13,38	54,30
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60

**Итого:** 625 87,10 23,22 24,79 66,05 580,18  
**Итого ХЕ:** 5,50

**11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	13257	Фрикадельки из говядины Фрикадельки из говядины / Масло растительное	50	41,00	7,75	9,96	4,35	138,04
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,10	0,06	0,06	13,38	54,30
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60

**Итого:** 625 87,10 23,22 24,79 66,05 580,18  
**Итого ХЕ:** 5,50

**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
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15
114/96	13257	Фрикадельки из говядины Фрикадельки из говядины / Масло растительное	50	41,00	7,75	9,96	4,35	138,04
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
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
687/96	15276	Пирожок с мясом и луком (мясо птицы, говядина) Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	33,14	8,47	4,21	27,95	183,61
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60

**Итого:** 675 128,14 31,81 29,12 108,99 825,28  
**Итого ХЕ:** 9,08

**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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	21,00	8,93	9,76	13,90	179,15

114/96	20389	Фрикадельки из говядины с соусом томатным Фрикадельки из говядины / 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) / Масло растительное	50/50	51,00	8,23	10,04	7,44	152,99
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
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
№779/04	10238	Булочка Молочная Булочка Молочная: (Булочка Молочная: (Мука в/с / Молоко / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная))	30	5,17	2,98	1,10	17,37	91,30
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,00	1,90	0,20	12,30	58,60
<b>Итого:</b>			705	110,17	26,80	26,08	101,49	747,92
<b>Итого ХЕ:</b>					8,46			

**Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20109	Пицца Школьная (изд. Спагетти,огурцы сол) Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	75	30,00	7,03	9,87	26,63	223,48
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,83	0,06	0,06	13,38	54,30
<b>Итого:</b>			275	37,83	7,09	9,93	40,01	277,78
<b>Итого ХЕ:</b>					3,33			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
Сб.реп. 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
Сб.реп. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лалша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
36/97	5934	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)	50	0,29	2,52	1,29	29,00
Сб.реп.Москва 2022г.	2008	Салат Зелёный с ветчиной Салат Зелёный 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	9025	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	110	0,99	0,22	8,91	41,58
<b>Первые блюда</b>							
129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный (суп. набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	8,93	9,76	13,90	179,15
<b>Вторые блюда</b>							
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	20222	Биточки рубленые из свинины с соусом (окорок) Свинина б/к (окорок) / 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 в ассортименте / Сухари панирочные / Масло растительное	75/30	10,01	24,75	12,76	313,86
114/96	20389	Фрикадельки из говядины с соусом томатным Фрикадельки из говядины / 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) / Масло растительное	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.	50	7,04	19,80	0,19	207,12
<b>Гарниры и соусы</b>							
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	Макароны отварные Вода / Макаaronные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
<b>Третьи блюда</b>							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
<b>Мучные изделия</b>							
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
ТТК	13294	Булочка Грибок 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
<b>Итого:</b>			137,00				

Зав.производство: Илькина Н. А.

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_ /  
СанПин 2.3/2.4.3598-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru