



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 34"
Степанова Алла Евгеньевна

МЕНЮ

на 21.01.2025

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
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / 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)	70/20	56,68	9,30	13,97	7,58	193,25
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	7,00	0,06	0,06	13,38	54,30
Пром	2398	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	60	6,00	4,56	0,48	29,52	140,64
Итого:			500	78,68	19,57	18,80	86,50	593,48
Итого ХЕ:					7,21			

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
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	10,10	0,53	0,07	1,13	7,27
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	36,00	5,20	14,80	5,20	174,80
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
579/2013г.	8540	Чай с шиповником Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	10,00	0,24	0,10	18,35	75,26
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			510	70,10	15,42	19,66	85,30	579,82
Итого ХЕ:					7,11			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	10,10	0,53	0,07	1,13	7,27
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	36,00	5,20	14,80	5,20	174,80
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
579/2013г.	8540	Чай с шиповником Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	10,00	0,24	0,10	18,35	75,26
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			510	70,10	15,42	19,66	85,30	579,82
Итого ХЕ:					7,11			

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	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	2,52	0,16	0,02	0,34	2,18
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / 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)	70/20	56,00	9,30	13,97	7,58	193,25
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / какао порошок	200	20,00	3,87	4,20	25,78	156,40
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			495	91,52	21,64	22,76	86,94	639,16
Итого ХЕ:					7,25			

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 №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	2,52	0,16	0,02	0,34	2,18
ТТК	20387	Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / 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)	70/20	56,00	9,30	13,97	7,58	193,25

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
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / какао порошок	200	20,00	3,87	4,20	25,78	156,40
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			495	91,52	21,64	22,76	86,94	639,16
Итого ХЕ:					7,25			

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
109/96	6289	Борщ из свежей капусты с картофелем соусом на кур. бульоне Борщ 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) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного	200/10	27,17	1,94	10,76	11,39	150,16
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Рис / Свинина б/к (окорок) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	56,00	10,41	21,54	40,10	395,90
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	11,00	0,14	0,02	24,43	98,46
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром	1460	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	50	5,00	3,40	0,65	19,90	99,05
ТТК	3089	Плюшка Новомосковская Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Молоко / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	50	6,00	3,72	2,75	25,21	140,47
Итого:			740	110,17	23,41	36,12	145,63	1 001,24
Итого ХЕ:					12,14			

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
110/96	168	Борщ 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) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	20,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Рис / Свинина б/к (окорок) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	56,00	10,41	21,54	40,10	395,90
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
№771/04	13493	Булочка Октябрёнок Булочка Октябрёнок: (Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Соль йодированная / Масло растительное)	40	4,10	3,18	1,76	22,45	118,36
Итого:			640	87,10	16,77	27,52	98,38	714,58
Итого ХЕ:					8,20			

11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	168	Борщ 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) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	20,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Рис / Свинина б/к (окорок) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	56,00	10,41	21,54	40,10	395,90
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
№771/04	13493	Булочка Октябрёнок Булочка Октябрёнок: (Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Соль йодированная / Масло растительное)	40	4,10	3,18	1,76	22,45	118,36
Итого:			640	87,10	16,77	27,52	98,38	714,58
Итого ХЕ:					8,20			

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
Таб.№24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	17,97	0,28	0,21	7,21	31,85
109/96	6289	Борщ из свежей капусты с картофелем соусом на кур. бульоне Борщ 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) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного	200/10	27,17	1,94	10,76	11,39	150,16
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Рис / Свинина б/к (окорок) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	56,00	10,41	21,54	40,10	395,90
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	11,00	0,14	0,02	24,43	98,46
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20

Пром	1460	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	50	5,00	3,40	0,65	19,90	99,05
ТТК	3089	Плюшка Новомосковская Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Молоко / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	50	6,00	3,72	2,75	25,21	140,47

Итого: 810 128,14 23,69 36,33 152,84 1 033,09
Итого ХЕ: 12,74

**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
109/96	6289	Борщ из свежей капусты с картофелем соусом на кур. бульоне Борщ 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) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного	200/10	27,17	1,94	10,76	11,39	150,16
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Рис / Свинина б/к (окорок) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	56,00	10,41	21,54	40,10	395,90
646/96; 699/200 4	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	11,00	0,14	0,02	24,43	98,46
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром	1460	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	50	5,00	3,40	0,65	19,90	99,05
ТТК	3089	Плюшка Новомосковская Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Молоко / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	50	6,00	3,72	2,75	25,21	140,47

Итого: 740 110,17 23,41 36,12 145,63 1 001,24
Итого ХЕ: 12,14

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	19734	Пицца с мясом прессованным с соусом Яйцо свежее / Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сыр / Томатная паста в асс. / Масло растительное	50	31,00	4,50	7,61	15,37	147,98
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	6,83	0,06	0,06	13,38	54,30

Итого: 250 37,83 4,56 7,67 28,75 202,28
Итого ХЕ: 2,40

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
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.): (Лепша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
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	20336	Десерт фруктовый (мандарин очищенный) Мандарины свежие	70	0,76	0,19	7,09	33,08
ТТК	6958	Салат из свежих фруктов (яблоко, апельс.очищ) Апельсины свежие / Яблоко свежее / Сахар песок	60	0,45	0,19	15,79	66,67

Первые блюда

109/96	6289	Борщ из свежей капусты с картофелем соусом на кур. бульоне Борщ 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) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного	200/10	1,94	10,76	11,39	150,16
--------	------	--	--------	------	-------	-------	--------

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	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
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
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
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез), / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81

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 / Макаaronные 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	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
ТТК	13492	Булочка Масленая Булочка Масленая: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	30	2,56	4,58	17,62	121,94

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

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

E-mail: eda0910@mail.ru