

МЕНЮ
на 05.11.2025

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	16229	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	120	0,48	0,48	11,76	53,28
ТТК	20641	Бутерброд с рулетом Красная птица (батон) Рулет Красная птица Лада / Батон	20/20	3,74	4,66	11,50	102,93
Топлянки 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка); (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	16640	Пряники в асе. 30 г. Пряники в асе.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
Итого:			570	15,48	13,99	109,19	624,58
Итого ХЕ:						9,10	

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	Ккалл
Таб. №24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
ТТК	20641	Бутерброд с рулетом Красная птица (батон) Рулет Красная птица Лада / Батон	20/20	3,74	4,66	11,50	102,93
Топлянки 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	16640	Пряники в асе. 30 г. Пряники в асе.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
628/36г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка); (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Итого:			550		13,87	104,69	610,68
Итого ХЕ:						8,72	

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
ТТК	20641	Бутерброд с рулетом Красная птица (батон) Рулет Красная птица Лада / Батон	20/20	3,74	4,66	11,50	102,93
Топлянки 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	16640	Пряники в асе. 30 г. Пряники в асе.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка); (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Итого:			550		13,87	104,69	610,68
Итого ХЕ:						8,72	

Стоимость рациона: 70,1 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	Ккалл
Таб. №24/96	7773	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	110	0,44	0,33	11,33	50,05
ТТК	20641	Бутерброд с рулетом Красная птица (батон) Рулет Красная птица Лада / Батон	20/20	3,74	4,66	11,50	102,93
Топлянки 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка); (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	16640	Пряники в асе. 30 г. Пряники в асе.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
Итого:			ИО	15,44	13,84	108,76	621,35
Итого ХЕ:						9,06	

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	Ккалл
Таб. №24/96	7773	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	110	0,44	0,33	11,33	50,05
ТТК	20641	Бутерброд с рулетом Красная птица (батон) Рулет Красная птица Лада / Батон	20/20	3,74	4,66	11,50	102,93
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Са хар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	16640	Пряники в асе. 30 г. Пряники в асе.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
Итого:			560	15,44	13,84	108,76	621,35
Итого ХЕ:						9,06	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.,укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская я": (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. /Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые /Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф /	70/20	12,00	12,15	11,49	203,27
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая /Масло сливочное /Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20 633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	13 490	Булочка Косичка с сахаром Булочка Косичка с сахаром: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Са хар песок / Мука в/с / Са хар песок/Масло растительное /Лавровый лист/Соль йодированная /Масло сливочное)	40	3,62	1,71	27,12	138,35
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Итого:			735	26,47	23,49	114,87	776,77
Итого ХЕ:						9,57	

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 148 /94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.,укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асе. /Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	189 63	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. /Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая /Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода /Чай черный (заварка): (Вода /Чай черный (развесной)) /Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			440	20,07	21,21	62,77	522,21
Итого ХЕ:						5,23	

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия /Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.,укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асе. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	189 63	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. /Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			640	20,07	21,21	62,77	522,21
Итого ХЕ :			5,23				

Стоимость рациона: 87,1 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	Ккалл
№ 148 /94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.,укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная /Томатная паста в асе. /Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65

ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" ш/ф 79гр. / Масло растительное) / солёные огурцы по-крестьянски (Огурцы солёные / Морковь свежая ш/ф / Лук репчатый ш/ф / Зелень (лук зелёный, петрушка) / Масло растительное)	70/20	12,00	12,15	11,49	203,27
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20 633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
пп	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
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
Итого:			735	29,20	28,02	103,19	781,74
Итого ХЕ:						8,60	

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зелёный, петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асе. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" (Котлета куриная "Пожарская" ш/ф 79гр. / Масло растительное) / солёные огурцы по-крестьянски (Огурцы солёные / Морковь свежая ш/ф / Лук репчатый ш/ф /	70/20	12,00	12,15	11,49	203,27
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	20 633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	13490	Булочка Косичка с сахаром Булочка Косичка с сахаром: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Сахар ванильный / Соль йодированная / Магния оксид)	40	3,62	1,71	27,12	138,35
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Итого:			735	26,47	23,49	114,87	776,77
Итого ХЕ:						9,57	

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	Ккалл
ТТК	17930	Блинчики Домашние с повидлом Блинчики "Домашние" оболочка / Повидло в асе.	90/10	4,36	6,39	26,37	180,41
629/96	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) / Вода / Чай черный (извесной) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Итого:			ХЮ	М#	6,39	41,34	246,59
Итого ХЕ:						3,44	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
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 (лук зелёный, петрушка))	50	0,43	5,25	0,54	51,15
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 ш/ф / Вода / Лимонная кислота	50	3,66	5,32	2,69	73,25
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 ш/ф / Соль йодированная)	50	0,76	6,78	2,14	72,62
ТТК	14136	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Горошек зелёный консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла	110/10г	5,84	11,33	1,65	131,93
Таб. №24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	135	1,22	0,27	10,94	51,07

Первые блюда

№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зелёный, петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асе. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
----------	-----	---	-----	------	------	-------	-------

Вторые блюда

401/96	18346	Гуляш из свинины Свинина бл/к (карбонад) / Лук репчатый ш/ф / Масло растительное / Томатная паста в асе. / Мука в/с / Соль йодированная / Перец чёрный молотый	40/40	0,70	4,06	3,94	55,11
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром ш/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
436/96	15459	Цыпленка запеченные Цыпленка бройлер. 1кг. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59

416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Масло / Хлеб в ассортименте / Соусы сливочные / Масло растительное / Соля. йодированная / Масло сливочное	50	8,65	2,97	7,91	92,97
Гарниры и соусы							
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соля. йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96,516/3/0 4	1669	Макаронеры отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соля. йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
628/36г.	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							
№ 769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Са хар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соля. йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08
ТТК	13445	Булочка Косичка с сахаром Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соля. йодированная / Масло растительное	80	7,24	3,41	54,23	276,57

Стоимость рациона: 137 руб.

Зав.производство _____

Ответственный за полиграф _____

СанГин 2.3/2/9900-10 _____

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

E-mail: eda0910@mail.ru