



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 45"

Ошкина Е. Н.

МЕНЮ

на 29.11.2022

МБУ "Школа № 45"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	110	17,29	0,99	0,22	8,91	41,58
469/04	8841	Фрикадельки из (мясо птицы,говядина) с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное) / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	55/30	39,00	9,38	10,24	9,71	168,52
205/07 Дели принт	16493	Макаронные отварные с овощами Макаронные отварные с овощами (лук,мор,том. паста): (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	12,00	5,15	6,58	32,24	208,73
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	5,00	2,40	3,14	23,81	133,06
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34
Итого:			597	81,29	20,42	21,01	99,92	670,40
Итого ХЕ:					8,33			

Завтрак 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
	5709	Огурец солёный Огурцы соленые	25	4,00	0,22	0,03	0,47	3,03
469/04	8841	Фрикадельки из (мясо птицы,говядина) с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное) / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	55/30	39,00	9,38	10,24	9,71	168,52
205/07 Дели принт	16493	Макаронные отварные с овощами Макаронные отварные с овощами (лук,мор,том. паста): (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	12,00	5,15	6,58	32,24	208,73
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	3,80	2,63	1,02	17,99	91,60
Итого:			495	63,80	18,37	18,12	75,38	538,05
Итого ХЕ:					6,28			

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	5709	Огурец солёный Огурцы соленые	25	4,00	0,22	0,03	0,47	3,03
469/04	8841	Фрикадельки из (мясо птицы,говядина) с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное) / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	55/30	39,00	9,38	10,24	9,71	168,52
205/07 Дели принт	16493	Макаронные отварные с овощами Макаронные отварные с овощами (лук,мор,том. паста): (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	12,00	5,15	6,58	32,24	208,73
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	3,80	2,63	1,02	17,99	91,60
Итого:			495	63,80	18,37	18,12	75,38	538,05
Итого ХЕ:					6,28			

Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	110	17,29	0,99	0,22	8,91	41,58

469/04	8841	Фрикадельки из (мясо птицы,говядина) с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло растительное) / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	55/30	39,00	9,38	10,24	9,71	168,52
205/07 ДеЛи принт	16493	Макаронь отварные с овощами Макаронь отварные с овощами (лук,мор,том. паста): (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	12,00	5,15	6,58	32,24	208,73
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	5,00	2,40	3,14	23,81	133,06
пп	15286	Батон в ассортименте Батон	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34

Итого: 597 81,29 20,42 21,01 99,92 670,40
Итого ХЕ: 8,33

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
159/97	16075	Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота	200	17,00	10,50	10,71	13,34	191,73
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное	40/40	46,00	9,12	23,78	3,78	265,60
297/04;508/3/2 004	3201	Каша перловая рассыпчатая Крупа перловая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	9,00	4,50	4,15	32,18	184,07
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	12,19	0,18	0,18	28,40	115,94
ТТК №5,13	1110	Сырная палочка Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Сыр / Масло растительное / Яйцо свежее	50	17,00	6,35	4,90	24,39	167,06
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	3,00	2,28	0,24	14,76	70,32
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57

Итого: 735 106,19 34,63 44,28 126,80 1 044,29
Итого ХЕ: 10,57

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
159/97	16075	Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота	200	17,00	10,50	10,71	13,34	191,73
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное	40/40	46,00	9,12	23,78	3,78	265,60
297/04;508/3/2 004	3201	Каша перловая рассыпчатая Крупа перловая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	9,00	4,50	4,15	32,18	184,07
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 655 79,40 27,02 39,09 76,57 766,17
Итого ХЕ: 6,38

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
159/97	16075	Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота	200	17,00	10,50	10,71	13,34	191,73
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное	40/40	46,00	9,12	23,78	3,78	265,60
297/04;508/3/2 004	3201	Каша перловая рассыпчатая Крупа перловая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	9,00	4,50	4,15	32,18	184,07
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 655 79,40 27,02 39,09 76,57 766,17
Итого ХЕ: 6,38

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	17938	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	110/10	31,00	6,01	8,67	29,81	221,27
ТТК	4145	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Вода	200	9,00	0,20	0,04	19,01	77,20

Итого: 320 40,00 6,21 8,71 48,82 298,47
Итого ХЕ: 4,07

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
	9386	Салат из свежих помидоров с луком Салат из свежих помидоров с луком (заправка): (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода))	50	0,57	2,55	2,82	36,51
Таб.№24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
60/96	6885	Винегрет овощной Винегрет овощной: (Картофель п/ф / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Огурцы соленые / Капуста квашеная / Морковь свежая п/ф)	80	1,30	8,03	6,70	104,27
Первые блюда							
159/97	16075	Борщ с фасолью и картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Фасоль / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Чеснок / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,50	10,71	13,34	191,73
Вторые блюда							
ТТК	18818	Фрикадельки Посадские куриные в соусе (томат) Фрикадельки Посадские куриные п/ф / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	75/20	8,59	7,73	10,48	145,88
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина п/ф / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Томатная паста / Масло растительное	40/40	9,12	23,78	3,78	265,60
ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени отварные "МясБери" с курицей,с маслом: (Пельмени "МясБери" с курицей / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1)	200	22,45	15,51	38,22	382,34
Гарниры и соусы							
297/04;508/3/2 004	3201	Каша перловая рассыпчатая Крупа перловая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	4,50	4,15	32,18	184,07
205/07 ДеЛи принт	16493	Макароны отварные с овощами Макароны отварные с овощами (лук,мор,том. паста): (Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное)	150	5,15	6,58	32,24	208,73
Третьи блюда							
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
Хлеб							
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Мучные изделия							
ТТК	12835	Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Вода / Семена кунжутные / Яйцо свежее)	30	2,59	0,70	16,96	84,50
ТТК	13464	Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное)	30	2,73	1,84	20,75	110,48

Итого: 100,00

Зав.производством: Дронова Н.Н.

Ответственный за питание: СанПиН 2.1.4.2390-20

УТВЕРЖДАЮ: "ДРУЖБА" Директор: Задорова Т.В. / Солоднева Т.В.

Россия, 445000 Самарская область, Сольяты, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru