



Согласовано:  
 Директор МБУ "Школа № 79"  
 Анатольевна  
 Тарасова Марина



# МЕНЮ

на 16.03.2021

МБУ "Школа № 79"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	8176	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	65	14,10	0,26	0,20	6,70	29,64
ТТК	17743	Голубцы ленивые из цыплят с соусом томатным Капуста свежая п/ф очищ. / Филе куриное зам. / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо свежее / Перец черный молотый / 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 / Перец черный молотый)	75/30	32,00	9,58	6,94	8,63	135,29
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92
пп	13286	Батон в ассортименте Батон	30	4,00	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого:				59,10	18,54	12,50	80,24	507,65

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	12130	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	55	12,00	0,22	0,17	5,67	25,09
ТТК	17743	Голубцы ленивые из цыплят с соусом томатным Капуста свежая п/ф очищ. / Филе куриное зам. / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо свежее / Перец черный молотый / 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 / Перец черный молотый)	75/30	32,00	9,58	6,94	8,63	135,29
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92
пп	13286	Батон в ассортименте Батон	30	4,00	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого:				57,00	18,50	12,47	79,21	503,10

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	12130	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	55	12,00	0,22	0,17	5,67	25,09
ТТК	17743	Голубцы ленивые из цыплят с соусом томатным Капуста свежая п/ф очищ. / Филе куриное зам. / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Яйцо свежее / Перец черный молотый / 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 / Перец черный молотый)	75/30	32,00	9,58	6,94	8,63	135,29
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92
пп	13286	Батон в ассортименте Батон	30	4,00	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого:				57,00	18,50	12,47	79,21	503,10

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	12428	Борщ из квашеной капусты с картофелем на кур.бульоне Свекла п/ф / Капуста квашеная / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Зелень / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Спец. набор)	200	14,00	1,58	4,06	10,48	84,78
401/96	12778	Гуляш из говядины Говядина от тазобедренной части заморож.вакуум. / Масло растительное / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф	30/30	42,00	9,06	10,57	1,38	136,89
466/96;512/3/2 004	6528	Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная / Масло растительное	150	10,00	3,75	4,16	39,29	209,60
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб Городской 600гр	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
Итого:				71,00	17,86	19,32	80,90	568,96

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	12428	Борщ из квашеной капусты с картофелем на кур.бульоне Свекла п/ф / Капуста квашеная / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Зелень / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Спец. набор)	200	14,00	1,58	4,06	10,48	84,78

401/96	12778	Говядина от тазобедренной части заморож.вакуум. / Масло растительное / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф	30/30	42,00	9,06	10,57	1,38	136,89
466/96;512/3/2 004	6528	Рис припущенный Рис / Вода / Соль йодированная / Масло растительное	150	10,00	3,75	4,16	39,29	209,60
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб Городской 600гр	25	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	1,00	0,68	0,13	3,98	19,81
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>17,86</b>	<b>19,32</b>	<b>80,90</b>	<b>568,96</b>

**Раздача свободного выбора без 1-го блюда за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл	
<b>Холодные блюда</b>								
ТТК	17947	Морковь по-корейски Морковь по-корейски (мытая): (Морковь свежая мытая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Чеснок / Лимонная кислота / Перец черный молотый /)	60	0,29	5,43	2,66	60,70	
45/2004	13104	Салат из квашенной капусты Салат из квашенной капусты (с луком): (Капуста квашенная / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное)	60	1,36	3,04	5,65	55,40	
	1007	Икра кабачковая Икра кабачковая (консерв)	60	1,26	5,67	5,42	77,75	
ТТК	7094	Салат из свежих фруктов (яблоко.апельс.) Яблоко свежее / Апельсины свежие / Сахар песок	50	0,36	0,15	14,63	61,31	
<b>Вторые блюда</b>								
	11406	Шницель натуральный рубленный из говядины Фарш п/ф (мясо птицы,говядина) / Яйцо свежее / Вода / Сухари панировочные / Масло растительное	50	11,08	10,21	5,42	157,89	
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Масло растительное / Котлета натур.куриная на косточке	75	18,86	22,29	0,23	276,97	
394/96	11703	Жаркое по-домашнему из филе цыплят Перец черный молотый / Филе куриное зам. / Масло растительное / Картофель п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Соль	25/125	7,50	11,29	22,25	220,61	
<b>Гарниры и соусы</b>								
№464/94;510/3 /2004	3199	Каша перловая вязкая Крупа перловая / Вода / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	150	30,20	39,80	229,70	1 397,80	
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
<b>Третьи блюда</b>								
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92	
<b>Хлеб</b>								
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб Городской 600гр	25	1,99	0,20	12,30	58,96	
ТТК	18449	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	10	0,68	0,13	3,98	19,81	
<b>Мучные изделия</b>								
ТТК	14056	Бантик с начинкой в ассортименте Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная / Вода / Дрожжи прессованные / Начинка термост.Веста в асс. / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Масло растительное	50	3,90	3,60	28,74	162,96	
ТТК	13441	Витушка с маком Мука в/с / Молоко / Вода / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Мак	50	4,70	3,10	31,54	172,86	
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>				

Зав.производством

Хабибуллина С. Д.

Ответственный за питание  
СанПин 2.3/2.4.3590-20

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

E-mail: eda0910@mail.ru