



МЕНЮ

на 08.10.2025



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 79"

Тарасова Марина Анатольевна

МБУ "Школа № 79"

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	6864	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	125	0,48	0,48	11,76	53,28
ТТК	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / 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	17,29	18,16	49,45	430,43
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			507	20,17	21,78	85,02	616,76
Итого ХЕ:						7,08	

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
ТТК	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / 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	17,29	18,16	49,45	430,43
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			382	19,77	21,31	88,47	624,73
Итого ХЕ:						7,37	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / 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	17,29	18,16	49,45	430,43
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			382	19,77	21,31	88,47	624,73
Итого ХЕ:						7,37	

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	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / 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	17,29	18,16	49,45	430,43
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			492	20,13	21,63	84,59	613,53
Итого ХЕ:						7,05	

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	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / 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	17,29	18,16	49,45	430,43

	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Итого:			492	20,13	21,63	84,59	613,53
Итого ХЕ:						7,05	

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20596	Биточки куриные с соусом томатным Биточки куриные п/ф / 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	90	8,60	11,12	13,88	190,00
255/96, таб №4	139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	5,85	4,06	26,43	165,66
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			610	20,80	19,75	80,99	591,21
Итого ХЕ:						6,75	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20596	Биточки куриные с соусом томатным Биточки куриные п/ф / 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	90	8,60	11,12	13,88	190,00
255/96, таб №4	139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	5,85	4,06	26,43	165,66
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			610	20,80	19,75	80,99	591,21
Итого ХЕ:						6,75	

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20596	Биточки куриные с соусом томатным Биточки куриные п/ф / 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	90	8,60	11,12	13,88	190,00
463/96, таб №4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,18	0,18	28,36	115,79
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
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			725	32,11	28,21	135,16	922,99
Итого ХЕ:						11,26	

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.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20596	Биточки куриные с соусом томатным Биточки куриные п/ф / 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	90	8,60	11,12	13,88	190,00
463/96, таб №4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,18	0,18	28,36	115,79

ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные	30	2,55	1,91	18,77	102,47
пп	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Итого:			730	29,21	24,15	143,05	906,41
Итого ХЕ:						11,92	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Раздача свободного выбора блюда за счет родительских средств			Пищевая ценность				
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
14/2004	13729	Салат зелёный с огурцами Салат зелёный с огурцами : (Капуста пекинская / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная))	50	0,16	1,26	0,69	14,74
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
40/97	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	60	0,58	3,07	2,72	40,83
88/2004	20296	Сельдь с картофелем Картофель п/ф / Сельдь соленая филе / Масло растительное	50	0,56	7,60	4,56	88,94
Таб №24/96г	9515	Арбуз очищенный Арбуз св.	150	1,73	0,29	16,70	76,33
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	110	0,99	0,22	8,91	41,58
Первые блюда							
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
Вторые блюда							
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
ТТК	17748	Рулет Галантин с сыром Рулет Галантин с сыром п/ф	50	11,41	9,98	0,50	137,45
416/96	5000	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Лада	60	8,06	10,54	1,86	134,54
Гарниры и соусы							
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
Третьи блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Мучные изделия							
ТТК	13441	Витушка с маком Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное	50	4,70	3,10	31,54	172,86
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82
687/96	8982	Пирожок с капустой и яйцом Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш из свежей капусты с яйцом: (Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Масло растительное / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Масло растительное) / Мука в/с / Масло растительное	50	3,67	2,77	20,91	123,25
Хлеб							
пп	17038	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Стоимость рациона: 137 руб.

Зав.производство Хабирова С. Д.

Ответственный
СанПиН 2.3/2.4

