



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 79"

Тарасова Марина Анатольевна

МЕНЮ

на 14.10.2025

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 рецептов	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 рецептов	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 рецептов	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 5-11 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
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 рецептов	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.	32	2,40	3,14	23,81	133,06
		Печенье сахарное					
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
№ 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 асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	19923	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/150	6,20	8,98	30,11	226,08
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			605	10,41	13,44	68,38	436,14
Итого ХЕ:						5,70	

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
№ 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 асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	19923	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/150	6,20	8,98	30,11	226,08
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			605	10,41	13,44	68,38	436,14
Итого ХЕ:						5,70	

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 асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20286	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	7,38	9,81	33,14	250,37
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
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
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			690	20,62	20,80	113,00	721,68
Итого ХЕ:						9,42	

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
№ 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 асс. / Лавровый лист	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	20286	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	7,38	9,81	33,14	250,37
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	4,31	1,87	29,72	152,95
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			700	18,42	16,53	125,40	724,05
Итого ХЕ:						10,45	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур		Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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 (лук зел.укроп.петрушка))		50	1,44	2,54	2,68	39,35
49/2013	9089	Салат "Ароматный" Салат "Ароматный": (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф / Лимонная кислота)		70	0,90	7,00	2,40	76,20
№71/2004	129	Винегрет овощной Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная		100	1,63	10,04	8,38	130,40
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
Таб №24/96г	9515	Арбуз очищенный Арбуз св.		150	1,73	0,29	16,70	76,33
	19312	Дыня свежая (очищенная) Дыня свежая (очищенная): (Дыня св.)		85	0,80	0,40	9,81	46,03
Первые блюда								
№ 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 асс. / Лавровый лист		200	2,17	4,21	13,02	98,65
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	9,12	23,78	3,78	265,60
ТТК	20624	Рулет куриный Красная птица Рулет Красная птица Лада		50	5,61	10,20	3,06	126,48
436/96	15458	Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное		75	17,67	18,21		234,59
393/97	435	Сосиска отварная (Молодежные) Изделия колбасные вареные из мяса кур охл. сосиски Молодежные МБ		70	7,85	17,06	0,29	186,10
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченная Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная		50	6,54	13,45	7,80	178,41
ТТК	20243	Блинчики с яблоками Блинчики с яблоками / Масло растительное		170	5,78	7,61	62,90	343,19
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
465/96,511/3/04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная		150	3,84	5,62	40,05	226,14
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная		150	16,83	4,79	35,18	251,15
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	10164	Булочка с кунжутом Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная		50	4,31	1,17	28,26	140,81
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)		50	4,31	1,87	29,72	152,95
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное		50	4,25	3,19	31,17	170,39
Хлеб								
ПП	17588	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте		25	1,99	0,20	12,30	58,96

Стоимость рациона: 137 руб.

Зав.производство _____
И.И. Сабитовича С. Д.

Ответственный
СанПиН 2.3/2.1.389-00



Россия, 445043, _____
Адрес: _____

E-mail: eda0910@mail.ru