



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 79"

Тарасова Марина Анатольевна

МЕНЮ

на 21.11.2025

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20660	Котлета Обеденная с сол.огурцом Котлета Обеденная п/ф 92гр.. / Огурцы соленные / Масло растительное	90	7,56	9,79	13,72	173,20
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
ТТК	18336	Печенье Сахарное 16г. Печенье сахарное	16	1,20	1,57	11,90	66,53
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			501	16,76	16,53	76,87	523,25
Итого ХЕ:						6,41	

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	20660	Котлета Обеденная с сол.огурцом Котлета Обеденная п/ф 92гр.. / Огурцы соленные / Масло растительное	90	7,56	9,79	13,72	173,20
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	3,05	3,33	14,75	101,17
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			435	14,03	13,48	57,60	407,80
Итого ХЕ:						4,80	

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
ТТК	20660	Котлета Обеденная с сол.огурцом Котлета Обеденная п/ф 92гр.. / Огурцы соленные / Масло растительное	90	7,56	9,79	13,72	173,20
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	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Итого:			540	14,70	15,05	64,80	453,41
Итого ХЕ:						5,40	

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	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
ТТК	20660	Котлета Обеденная с сол.огурцом Котлета Обеденная п/ф 92гр.. / Огурцы соленные / Масло растительное	90	7,56	9,79	13,72	173,20
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	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Итого:			540	14,70	15,05	64,80	453,41
Итого ХЕ:						5,40	

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	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
ТТК	20660	Котлета Обеденная с сол.огурцом Котлета Обеденная п/ф 92гр... / Огурцы соленые / Масло растительное	90	7,56	9,79	13,72	173,20
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	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Итого:			540	14,70	15,05	64,80	453,41
Итого ХЕ:						5,40	

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
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
579/2013г.	8540	Чай с шиповником Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	0,24	0,10	18,35	75,26
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
Итого:			580	24,87	16,36	84,52	586,26
Итого ХЕ:						7,04	

по 4 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	16778	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	60	0,93	0,31	13,02	58,59
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
773/97; 705/2004	314	Отвар шиповника с сахаром Вода / Шиповник / Сахар песок	200	0,68	0,28	29,62	123,72
ПП	17037	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:			645	26,41	17,00	109,21	696,88
Итого ХЕ:						9,10	

Стоимость рациона: 110,17 руб.

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	6604	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	140	2,10	0,70	29,40	132,30
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
773/97; 705/2004	314	Отвар шиповника с сахаром Вода / Шиповник / Сахар песок	200	0,68	0,28	29,62	123,72
ПП	17038	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			740	28,93	17,40	135,03	813,90
Итого ХЕ:						11,25	

Стоимость рациона: 128,14 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
Таб. №24/96	6604	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	140	2,10	0,70	29,40	132,30
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп. петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
773/97; 705/2004	314	Отвар шиповника с сахаром Вода / Шиповник / Сахар песок	200	0,68	0,28	29,62	123,72
ПП	17038	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			740	28,93	17,40	135,03	813,90
Итого ХЕ:						11,25	

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	Ккал
Таб. №24/96	16778	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие					
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел. укроп, петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	60	0,93	0,31	13,02	58,59
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
773/97;705/200 4	314	Отвар шиповника с сахаром Вода / Шиповник / Сахар песок	150	20,21	13,70	34,10	342,00
ПП	17037	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	200	0,68	0,28	29,62	123,72
			35	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:			645	26,41	17,00	109,21	696,88
Итого ХЕ:						9,10	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник	Код	Наименование

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств		Итого
Код	Наименование	
1	1. Блюда из мяса и птицы	
2	2. Блюда из рыбы и морепродуктов	
3	3. Блюда из овощей и фруктов	
4	4. Блюда из круп и макарон	
5	5. Блюда из яиц	
6	6. Блюда из грибов	
7	7. Блюда из бобовых	
8	8. Блюда из злаков	
9	9. Блюда из фруктов и ягод	
10	10. Блюда из овощей	
11	11. Блюда из зелени	
12	12. Блюда из молочных продуктов	
13	13. Блюда из хлеба и выпечки	
14	14. Блюда из консервов	
15	15. Блюда из полуфабрикатов	
16	16. Блюда из напитков	
17	17. Блюда из десертов	
18	18. Блюда из закусок	
19	19. Блюда из салатов	
20	20. Блюда из супов	
21	21. Блюда из вторых блюд	
22	22. Блюда из гарниров	
23	23. Блюда из соусов	
24	24. Блюда из напитков	
25	25. Блюда из десертов	
26	26. Блюда из закусок	
27	27. Блюда из салатов	
28	28. Блюда из супов	
29	29. Блюда из вторых блюд	
30	30. Блюда из гарниров	
31	31. Блюда из соусов	
32	32. Блюда из напитков	
33	33. Блюда из десертов	
34	34. Блюда из закусок	
35	35. Блюда из салатов	
36	36. Блюда из супов	
37	37. Блюда из вторых блюд	
38	38. Блюда из гарниров	
39	39. Блюда из соусов	
40	40. Блюда из напитков	
41	41. Блюда из десертов	
42	42. Блюда из закусок	
43	43. Блюда из салатов	
44	44. Блюда из супов	
45	45. Блюда из вторых блюд	
46	46. Блюда из гарниров	
47	47. Блюда из соусов	
48	48. Блюда из напитков	
49	49. Блюда из десертов	
50	50. Блюда из закусок	
51	51. Блюда из салатов	
52	52. Блюда из супов	
53	53. Блюда из вторых блюд	
54	54. Блюда из гарниров	
55	55. Блюда из соусов	
56	56. Блюда из напитков	
57	57. Блюда из десертов	
58	58. Блюда из закусок	
59	59. Блюда из салатов	
60	60. Блюда из супов	
61	61. Блюда из вторых блюд	
62	62. Блюда из гарниров	
63	63. Блюда из соусов	
64	64. Блюда из напитков	
65	65. Блюда из десертов	
66	66. Блюда из закусок	
67	67. Блюда из салатов	
68	68. Блюда из супов	
69	69. Блюда из вторых блюд	
70	70. Блюда из гарниров	
71	71. Блюда из соусов	
72	72. Блюда из напитков	
73	73. Блюда из десертов	
74	74. Блюда из закусок	
75	75. Блюда из салатов	
76	76. Блюда из супов	
77	77. Блюда из вторых блюд	
78	78. Блюда из гарниров	
79	79. Блюда из соусов	
80	80. Блюда из напитков	
81	81. Блюда из десертов	
82	82. Блюда из закусок	
83	83. Блюда из салатов	
84	84. Блюда из супов	
85	85. Блюда из вторых блюд	
86	86. Блюда из гарниров	
87	87. Блюда из соусов	
88	88. Блюда из напитков	
89	89. Блюда из десертов	
90	90. Блюда из закусок	
91	91. Блюда из салатов	
92	92. Блюда из супов	
93	93. Блюда из вторых блюд	
94	94. Блюда из гарниров	
95	95. Блюда из соусов	
96	96. Блюда из напитков	
97	97. Блюда из десертов	
98	98. Блюда из закусок	
99	99. Блюда из салатов	
100	100. Блюда из супов	
101	101. Блюда из вторых блюд	
102	102. Блюда из гарниров	
103	103. Блюда из соусов	
104	104. Блюда из напитков	
105	105. Блюда из десертов	
106	106. Блюда из закусок	
107	107. Блюда из салатов	
108	108. Блюда из супов	
109	109. Блюда из вторых блюд	
110	110. Блюда из гарниров	
111	111. Блюда из соусов	
112	112. Блюда из напитков	
113	113. Блюда из десертов	
114	114. Блюда из закусок	
115	115. Блюда из салатов	
116	116. Блюда из супов	
117	117. Блюда из вторых блюд	

Сборник рецептов		Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда								
42/97	10364	Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский св. / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная		80	0,94	4,08	4,43	58,20
Сб.реп.Москва 2022г.	20007	Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус) Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус): (Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленные / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль		75	1,64	2,23	9,77	65,69
		Салат из квашенной капусты с луком зел. Капуста квашеная / Лук зеленый / Сахар песок / Масло растительное		80	1,80	4,05	7,20	72,45
64/97	10445	Салат зеленый с помидорами Капуста пекинская / Помидор свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)		50	0,57	2,57	1,85	32,80
18/2004	18910	Виноград свежий Виноград свежий в асс.		85	0,53	0,53	13,61	61,35
Таб.№24/96	16087	Десерт фруктовый (киви) С Киви		100	8,00	4,00	81,00	392,00
Первые блюда								
136/96	1166	Суп картофельный с рисом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист		200	2,14	2,32	17,31	98,68
Вторые блюда								
		Гуляш из филе курицы						

Первые блюда

136/96	1166	Суп картофельный с рисом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	2,14	2,32	17,31	98,68
		Вторые блюда					
		Гуляш из филе курицы					

Вторые блюда

401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (Филе) Филе куриное зам. / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая л/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый л/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное / Соль йодированная	40/40	13,41	4,68	2,69	106,50
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Яйцо свежее / Филе куриное зам. / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	12,12	7,11	4,27	129,59
ТТК	20511	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые с мясом курицы / Масло растительное	90	10,20	11,18	5,10	161,80
ТТК	18300	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	135/30	8,66	12,16	46,52	330,16
436/96	15458	Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
Гарниры и соусы							
469/96	15763	Спагетти (макарон) с соусом					

Гарниры и соусы

Гарниры и соусы			17,07	18,21		234,59	
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15
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
Третьи блюда							
628/06	100	Чай с сахаром					

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					
		Ватрушка с начинкой					

Мучные изделия

		мучные изделия						14,97		66,18	
695/96	17988	Ватрушка с начинкой Яйцо свежее / Мука в/с / Начинка термостабильная в асс. / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная		50	3,17	3,78	19,54	124,83			
ТТК	14045	Булочка с помадкой Мука в/с / Вода / Помадка сахарная Фондант / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Масло растительное		50	3,39	2,36	35,24	175,76			
ТТК	14056	Бантик с начинкой в ассортименте Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Начинка термост.Веста в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Масло сливочное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное		50	3,90	3,60	28,74	162,96			
		Хлеб									
ПП	17037	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте		35	2,45	0,39	15,16	73,89			
				Стоимость рациона: 145 руб.							

Стоимость рациона: 145 руб.

Зав.производство: Хабидуллин С. Д.

Ответственный за питание _____
СанПиН 2.3/2.3.389-20 _____



Россия, 445043, Самарская обл., г.Самара, ул.Свердлова, д.55, к.1, 5 этаж, 505 кабинет

E-mail: eda0910@mail.ru