

# МЕНЮ

на 02.09.2026

МБУ "Школа № 43"

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 | Ккал   |
| ТТК              | 20883     | Ежики мясные Детские с соусом томатным<br>Ежики мясные Детские п/ф 69гр.(фарш мясной) / 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 | 60/30     | 2,87             | 17,22 | 18,54    | 240,62 |
| 469/96;516/3/04  | 1669      | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                     | 150       | 5,65             | 4,29  | 36,02    | 205,29 |
| №629/96          | 264       | Чай лимонный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий                                                                                                                                                                                 | 200       | 0,08             | 0,01  | 15,21    | 61,25  |
| ТТК              | 20882     | Булочка с кунжутом 50г.<br>Булочка с кунжутом 50г.                                                                                                                                                                                                                                        | 50        | 4,80             | 2,10  | 29,75    | 157,10 |
|                  | 3026      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                          | 45        | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 535       | 16,82            | 23,98 | 121,66   | 769,74 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |                  |       | 10,14    |        |

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 | Ккал   |
| Таб.№24/96       | 2391      | Огурец свежий<br>Огурец свежий                                                                                                                                                                                                                                                            | 30        | 0,21             | 0,03  | 0,58     | 3,43   |
| ТТК              | 20883     | Ежики мясные Детские с соусом томатным<br>Ежики мясные Детские п/ф 69гр.(фарш мясной) / 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 | 60/30     | 2,87             | 17,22 | 18,54    | 240,62 |
| 469/96;516/3/04  | 1669      | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                     | 150       | 5,65             | 4,29  | 36,02    | 205,29 |
| 628/96г.         | 259       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                                                                                               | 200       |                  |       | 14,97    | 66,18  |
| пром             | 2974      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                          | 40        | 3,04             | 0,32  | 19,68    | 93,76  |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 510       | 11,77            | 21,86 | 89,79    | 609,28 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |                  |       | 7,48     |        |

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                              | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| Таб.№24/96       | 5968      | Огурец свежий<br>Огурец свежий                                                                                                                                                                                                                                                            | 40        | 0,29             | 0,04  | 0,78     | 4,64   |
| ТТК              | 20883     | Ежики мясные Детские с соусом томатным<br>Ежики мясные Детские п/ф 69гр.(фарш мясной) / 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 | 60/30     | 2,87             | 17,22 | 18,54    | 240,62 |
| 469/96           | 18417     | Макароны отварные<br>Макароны отварные: (Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная)                                                                                                                                                                                       | 180       | 6,72             | 7,09  | 43,08    | 263,01 |
| №629/96          | 264       | Чай лимонный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий                                                                                                                                                                                 | 200       | 0,08             | 0,01  | 15,21    | 61,25  |
| ТТК              | 20882     | Булочка с кунжутом 50г.<br>Булочка с кунжутом 50г.                                                                                                                                                                                                                                        | 50        | 4,80             | 2,10  | 29,75    | 157,10 |
|                  | 3026      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                          | 45        | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |
| Итого:           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 605       | 18,18            | 26,82 | 129,50   | 832,10 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |                  |       | 10,79    |        |

Стоимость рациона: 95,46 руб.

**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 | Ккал   |
| Таб.№24/96       | 5968      | Огурец свежий<br>Огурец свежий                                                                                                                                                                                                                                                            | 40        | 0,29             | 0,04  | 0,78     | 4,64   |
| ТТК              | 20883     | Ежики мясные Детские с соусом томатным<br>Ежики мясные Детские п/ф 69гр.(фарш мясной) / 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 | 60/30     | 2,87             | 17,22 | 18,54    | 240,62 |
| 469/96           | 18417     | Макаронны отварные<br>Макаронны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)                                                                                                                                                                                   | 180       | 6,72             | 7,09  | 43,08    | 263,01 |
| №629/96          | 264       | Чай лимонный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий                                                                                                                                                                                 | 200       | 0,08             | 0,01  | 15,21    | 61,25  |
| ТТК              | 20882     | Булочка с кунжутом 50г.<br>Булочка с кунжутом 50г.                                                                                                                                                                                                                                        | 50        | 4,80             | 2,10  | 29,75    | 157,10 |
|                  | 3026      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                          | 45        | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |

**Итого:** 605 18,18 26,82 129,50 832,10

**Итого ХЕ:** 10,79

**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 | Ккал   |
| Таб.№24/96       | 5968      | Огурец свежий<br>Огурец свежий                                                                                                                                                                                                                                                            | 40        | 0,29             | 0,04  | 0,78     | 4,64   |
| ТТК              | 20883     | Ежики мясные Детские с соусом томатным<br>Ежики мясные Детские п/ф 69гр.(фарш мясной) / 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 | 60/30     | 2,87             | 17,22 | 18,54    | 240,62 |
| 469/96           | 18417     | Макаронны отварные<br>Макаронны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)                                                                                                                                                                                   | 180       | 6,72             | 7,09  | 43,08    | 263,01 |
| №629/96          | 264       | Чай лимонный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий                                                                                                                                                                                 | 200       | 0,08             | 0,01  | 15,21    | 61,25  |
| ТТК              | 20882     | Булочка с кунжутом 50г.<br>Булочка с кунжутом 50г.                                                                                                                                                                                                                                        | 50        | 4,80             | 2,10  | 29,75    | 157,10 |
|                  | 3026      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                          | 45        | 3,42             | 0,36  | 22,14    | 105,48 |

**Итого:** 605 18,18 26,82 129,50 832,10

**Итого ХЕ:** 10,79

**Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс, обучающихся 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 | Ккал   |
| 120/96           | 1092      | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной<br>Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) /                        | 200/10    | 1,77             | 6,11 | 7,69     | 92,83  |
| 308/2014         | 20554     | Фрикадельки из птицы с соусом томатным<br>Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / 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) | 50/40     | 8,45             | 9,52 | 7,48     | 149,34 |
| ТТК              | 6527      | Рис оригинальный<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                                                                                                     | 150       | 4,30             | 6,18 | 41,84    | 240,18 |
| ТТК              | 20629     | Напиток из ягод (смесь зам) п.с.<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                               | 200       | 0,21             | 0,05 | 17,77    | 72,39  |
| ТТК              | 20762     | Печенье сдобное Крендель сливочный 12гр.<br>Печенье сдобное Крендель сливочный                                                                                                                                                                                                                                                                       | 12        | 0,80             | 2,64 | 7,56     | 57,20  |
| Пром             | 350       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 50        | 3,80             | 0,40 | 24,60    | 117,20 |

**Итого:** 712 19,33 24,90 106,94 729,15

**Итого ХЕ:** 8,91

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

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                               | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |      |          |        |
|---------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|------|----------|--------|
|                     |              |                                                                                                                                                                                                                                                                            |              | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал   |
| 120/96              | 171          | Щи из свежей капусты с картофелем<br>Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист | 200          | 1,52             | 4,11 | 7,35     | 72,47  |
| 308/2014            | 19072        | Фрикадельки из птицы (кот.м.п.)<br>Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                                                 | 50           | 8,06             | 7,49 | 5,01     | 119,66 |
| ТТК                 | 6527         | Рис оригинальный<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                           | 150          | 4,30             | 6,18 | 41,84    | 240,18 |
| 628/96г.            | 259          | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                                                                                | 200          |                  |      | 14,97    | 66,18  |
| ПП                  | 420          | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                           | 30           | 2,28             | 0,24 | 14,76    | 70,32  |

**Итого: 630 16,16 18,02 83,93 568,81**  
**Итого ХЕ: 6,99**

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4**

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |      |          |        |
|---------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|------|----------|--------|
|                     |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал   |
| 120/96              | 1092         | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной<br>Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) /                        | 200/10       | 1,77             | 6,11 | 7,69     | 92,83  |
| 308/2014            | 20554        | Фрикадельки из птицы с соусом томатным<br>Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / 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) | 50/40        | 8,45             | 9,52 | 7,48     | 149,34 |
| ТТК                 | 6527         | Рис оригинальный<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                                                                                                     | 150          | 4,30             | 6,18 | 41,84    | 240,18 |
| ТТК                 | 20629        | Напиток из ягод (смесь зам) п.с.<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                               | 200          | 0,21             | 0,05 | 17,77    | 72,39  |
| ТТК                 | 20762        | Печенье сдобное Крендель сливочный 12гр.<br>Печенье сдобное Крендель сливочный                                                                                                                                                                                                                                                                       | 12           | 0,80             | 2,64 | 7,56     | 57,20  |
| Пром                | 350          | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 50           | 3,80             | 0,40 | 24,60    | 117,20 |

**Итого: 712 19,33 24,90 106,94 729,15**  
**Итого ХЕ: 8,91**

Стоимость рациона: 114,91 руб.

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11**

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |      |          |        |
|---------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|------|----------|--------|
|                     |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал   |
| Таб.№24/96          | 8951         | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 75           | 1,13             | 0,38 | 15,75    | 70,94  |
| 120/96              | 1092         | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной<br>Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) /                        | 200/10       | 1,77             | 6,11 | 7,69     | 92,83  |
| 308/2014            | 20554        | Фрикадельки из птицы с соусом томатным<br>Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / 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) | 50/40        | 8,45             | 9,52 | 7,48     | 149,34 |
| ТТК                 | 6527         | Рис оригинальный<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                                                                                                     | 150          | 4,30             | 6,18 | 41,84    | 240,18 |
| ТТК                 | 20629        | Напиток из ягод (смесь зам) п.с.<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                               | 200          | 0,21             | 0,05 | 17,77    | 72,39  |
| ТТК                 | 20762        | Печенье сдобное Крендель сливочный 12гр.<br>Печенье сдобное Крендель сливочный                                                                                                                                                                                                                                                                       | 12           | 0,80             | 2,64 | 7,56     | 57,20  |
| пром                | 2974         | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 40           | 3,04             | 0,32 | 19,68    | 93,76  |

**Итого: 777 19,70 25,20 117,77 776,65**  
**Итого ХЕ: 9,81**

Стоимость рациона: 133,65 руб.

**Обед 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 | Ккал   |
| Таб.№24/96       | 8951      | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 75        | 1,13             | 0,38 | 15,75    | 70,94  |
| 120/96           | 1092      | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной<br>Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) /                        | 200/10    | 1,77             | 6,11 | 7,69     | 92,83  |
| 308/2014         | 20554     | Фрикадельки из птицы с соусом томатным<br>Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / 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) | 50/40     | 8,45             | 9,52 | 7,48     | 149,34 |
| ТТК              | 6527      | Рис оригинальный<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист                                                                                                                                                                                                     | 150       | 4,30             | 6,18 | 41,84    | 240,18 |
| ТТК              | 20629     | Напиток из ягод (смесь зам) п.с.<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                               | 200       | 0,21             | 0,05 | 17,77    | 72,39  |
| ТТК              | 20762     | Печенье сдобное Крендель сливочный 12гр.<br>Печенье сдобное Крендель сливочный                                                                                                                                                                                                                                                                       | 12        | 0,80             | 2,64 | 7,56     | 57,20  |
| пром             | 2974      | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 40        | 3,04             | 0,32 | 19,68    | 93,76  |

**Итого:** 777 19,70 25,20 117,77 776,65

**Итого ХЕ:** 9,81

**Полдник для обучающихся 1-4 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 | Ккал   |
| 628/96г.         | 259       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                                                                                          | 200       |                  |      | 14,97    | 66,18  |
| ТТК              | 19748     | Пицца Школьная с мясом прессованным<br>Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная | 50        | 3,97             | 5,33 | 17,58    | 134,20 |

**Итого:** 250 3,97 5,33 32,55 200,38

**Итого ХЕ:** 2,71

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

| Сборник рецептов          | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                                                                           | Выход | Пищевая ценность |      |          |       |
|---------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------|------|----------|-------|
|                           |           |                                                                                                                                                                                                                                                                        |       | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал  |
| Холодные блюда            |           |                                                                                                                                                                                                                                                                        |       |                  |      |          |       |
| ТТК                       | 7847      | Салат из крабовых палочек с капустой<br>Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота                                   | 40    | 2,95             | 4,24 | 2,34     | 59,33 |
| ТТК                       | 6950      | Салат "Витаминный"<br>Салат Витаминный с маслом растительным: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота)                                                                       | 50    | 0,67             | 2,57 | 5,75     | 48,81 |
| Таб.№24/96                | 6114      | Огурец свежий<br>Огурец свежий                                                                                                                                                                                                                                         | 60    | 0,43             | 0,06 | 1,16     | 6,90  |
| Сб.реп.Москва<br>а 2022г. | 20792     | Салат Зелёный с ветчиной (изд.прес,капуста пекин,огурец св.)<br>Салат Зелёный с ветчиной (изд.прес,капуста пекин,огурец св.): (Капуста пекинская / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка)) | 40    | 0,34             | 4,20 | 0,43     | 40,92 |
| Сб.реп.<br>Москва 2022г   | 20031     | Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.)<br>Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лапша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)                                        | 50    | 0,09             | 2,76 | 0,30     | 26,34 |
| Таб.№24/96                | 9199      | Дыня свежая<br>Дыня св.                                                                                                                                                                                                                                                | 100   | 0,78             | 0,39 | 9,62     | 45,11 |
| Таб.24/96                 | 6673      | Десерт фруктовый (банан)<br>Бананы свежие                                                                                                                                                                                                                              | 85    | 1,28             | 0,43 | 17,85    | 80,39 |

**Первые блюда**

|        |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |        |      |      |      |       |
|--------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|------|-------|
| 120/96 | 1092 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной<br>Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) / | 200/10 | 1,77 | 6,11 | 7,69 | 92,83 |
|--------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------|------|------|-------|

## Вторые блюда

|        |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |         |       |       |       |        |
|--------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК    | 18961 | Котлета куриная "Пожарская"<br>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 56гр. / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 50      | 9,30  | 7,10  | 8,50  | 135,10 |
| 436/96 | 15458 | Цыплята запеченные<br>Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 75      | 17,67 | 18,21 |       | 234,59 |
| 484/04 | 16676 | Перец фаршированный с мясом, рисом с соусом<br>Перец болгарский св. / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / 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) / Лук репчатый п/ф / Рис / Масло растительное / Сухари панировочные | 47,5/20 | 4,68  | 6,73  | 6,24  | 104,21 |
| ТТК    | 20290 | Блинчики с вареной сгущенкой<br>Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 160     | 25,60 | 14,96 | 33,12 | 369,50 |
| ТТК    | 19762 | Сырники классические с молоком сгущ.<br>Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                                  | 100/20  | 20,24 | 7,89  | 29,21 | 268,81 |

## Гарниры и соусы

|                   |       |                                                                                                                                                  |     |      |      |       |        |
|-------------------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 111/07 Дели принт | 14066 | Картофель тушеный с луком и томатом<br>Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная         | 100 | 2,28 | 2,38 | 17,78 | 101,66 |
| 469/96;516/3/04   | 1669  | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                                                            | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| ТТК               | 6527  | Рис оригинальный<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 150 | 4,30 | 6,18 | 41,84 | 240,18 |

## Третьи блюда

|          |     |                                                                                             |     |  |  |       |       |
|----------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--|--|-------|-------|
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 |  |  | 14,97 | 66,18 |
|----------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--|--|-------|-------|

## Мучные изделия

|         |       |                                                                                                                                                                                               |    |      |      |       |        |
|---------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------|------|-------|--------|
| ТТК     | 10792 | Булочка сахарная<br>Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 4,55 | 3,06 | 34,59 | 184,10 |
| ТТК     | 5295  | Булочка с маком<br>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 |
| №627/13 | 13477 | Булочка с повидлом<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин   | 50 | 4,27 | 2,87 | 33,25 | 175,91 |

## Хлеб

|    |     |                                  |    |      |      |       |       |
|----|-----|----------------------------------|----|------|------|-------|-------|
| ПП | 420 | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
|----|-----|----------------------------------|----|------|------|-------|-------|

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производство: Ильясова В. Р.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.1.30.00.20



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

E-mail: eda0910@mail.ru