



Согласовано:  
Директор МБУ "Школа № 43"

Сергеева Ирина

Станиславовна

## МЕНЮ

на 14.10.2024

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	12,00	0,32	0,32	7,84	35,52
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	26,00	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	32,00	6,27	7,84	33,76	230,68
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	4,58	1,00	0,26	14,97	66,18
Итого:			530	74,58	14,34	15,34	69,42	473,04
Итого ХЕ:					5,79			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	26,00	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	32,00	6,27	7,84	33,76	230,68
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	18897	Печенье 1шт. Печенье сахарное	20	3,40	1,50	1,96	14,88	83,16
Итого:			470	66,40	15,52	16,98	76,46	520,68
Итого ХЕ:					6,37			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	26,00	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	32,00	6,27	7,84	33,76	230,68
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК	18897	Печенье 1шт. Печенье сахарное	20	3,40	1,50	1,96	14,88	83,16
Итого:			470	66,40	15,52	16,98	76,46	520,68
Итого ХЕ:					6,37			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	3532	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	130	19,00	0,52	0,52	12,74	57,72
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в асс. / Масло сливочное	40	31,00	5,29	6,78	10,32	123,50
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	32,00	6,27	7,84	33,76	230,68
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	4,75	1,00	0,26	14,97	66,18
Итого:			575	86,75	13,08	15,40	71,79	478,08
Итого ХЕ:					5,98			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	3532	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	130	19,00	0,52	0,52	12,74	57,72
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в асс. / Масло сливочное	40	31,00	5,29	6,78	10,32	123,50
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	32,00	6,27	7,84	33,76	230,68
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	4,75	1,00	0,26	14,97	66,18
Итого:			575	86,75	13,08	15,40	71,79	478,08
Итого ХЕ:					5,98			

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл



	6948	Огурец солёный Огурцы соленые	40	7,00	0,36	0,04	0,75	4,80
139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	16,00	9,38	8,11	16,93	178,22
ТТК	18073	Котлета куриная "Пожарская" Яйцо свежее / Котлетное мясо птицы / Хлеб пшеничный / Молоко / Сухари панировочные / Масло сливочное / Соль йодированная	50	40,00	7,93	5,78	6,66	110,38
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	22,00	3,30	4,98	22,06	146,26
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	11,43	0,14	0,02	24,43	98,46
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
пп	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	4,00	2,72	0,52	15,92	79,24
<b>Итого:</b>			<b>715</b>	<b>104,43</b>	<b>26,49</b>	<b>19,73</b>	<b>103,97</b>	<b>699,40</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,66</b>			

**Обед 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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	16,00	9,38	8,11	16,93	178,22
ТТК	18073	Котлета куриная "Пожарская" Яйцо свежее / Котлетное мясо птицы / Хлеб пшеничный / Молоко / Сухари панировочные / Масло сливочное / Соль йодированная	50	40,00	7,93	5,78	6,66	110,38
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	15,00	2,20	3,44	14,70	98,56
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,60	1,90	0,20	12,30	58,60
ТТК	12835	Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	30	3,00	2,59	0,70	16,96	84,50
<b>Итого:</b>			<b>605</b>	<b>82,60</b>	<b>25,00</b>	<b>18,48</b>	<b>82,52</b>	<b>596,44</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,88</b>			

**11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	16,00	9,38	8,11	16,93	178,22
ТТК	18073	Котлета куриная "Пожарская" Яйцо свежее / Котлетное мясо птицы / Хлеб пшеничный / Молоко / Сухари панировочные / Масло сливочное / Соль йодированная	50	40,00	7,93	5,78	6,66	110,38
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	15,00	2,20	3,44	14,70	98,56
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3,60	1,90	0,20	12,30	58,60
ТТК	12835	Булочка с кунжутом Булочка с кунжутом: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	30	3,00	2,59	0,70	16,96	84,50
<b>Итого:</b>			<b>605</b>	<b>82,60</b>	<b>25,00</b>	<b>18,48</b>	<b>82,52</b>	<b>596,44</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,88</b>			

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	19,00	0,30	0,23	7,73	34,19
	6948	Огурец солёный Огурцы соленые	40	7,00	0,36	0,04	0,75	4,80
139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	16,00	9,38	8,11	16,93	178,22
ТТК	18073	Котлета куриная "Пожарская" Яйцо свежее / Котлетное мясо птицы / Хлеб пшеничный / Молоко / Сухари панировочные / Масло сливочное / Соль йодированная	50	40,00	7,93	5,78	6,66	110,38
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	22,00	3,30	4,98	22,06	146,26
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	10,46	0,14	0,02	24,43	98,46
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	3,00	1,70	0,33	9,95	49,57
пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
<b>Итого:</b>			<b>775</b>	<b>121,46</b>	<b>25,77</b>	<b>19,77</b>	<b>105,73</b>	<b>703,92</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,81</b>			



**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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	6948	Огурец солёный Огурцы соленые	40	7,00	0,36	0,04	0,75	4,80
139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	16,00	9,38	8,11	16,93	178,22
ТТК	18073	Котлета куриная "Пожарская" Яйцо свежее / Котлетное мясо птицы / Хлеб пшеничный / Молоко / Сухари панировочные / Масло сливочное / Соль йодированная	50	40,00	7,93	5,78	6,66	110,38
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	22,00	3,30	4,98	22,06	146,26
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	11,43	0,14	0,02	24,43	98,46
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	4,00	2,72	0,52	15,92	79,24
<b>Итого:</b>			<b>715</b>	<b>104,43</b>	<b>26,49</b>	<b>19,73</b>	<b>103,97</b>	<b>699,40</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,66</b>			

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	10,86	0,14	0,02	24,43	98,46
697/96	1779	Расстегай с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	25,00	7,57	4,37	22,09	157,97
<b>Итого:</b>			<b>250</b>	<b>35,86</b>	<b>7,71</b>	<b>4,39</b>	<b>46,52</b>	<b>256,43</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>3,88</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	10362	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
ТТК	11629	Салат "Серпень" Огурцы соленые / Фасоль в асс. / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Соль йодированная	100	1,10	2,58	3,30	40,82
ТТК	7074	Салат из моркови с чесноком и маслом раст. Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Чеснок	100	1,80	13,50	7,24	157,66
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунгозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунгозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Палша Фунгоза / Огурец свежий / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная	75	0,13	4,13	0,44	39,51
Таб.№24/96	6689	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	130	0,86	0,14	8,35	38,10
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	0,32	0,32	7,84	35,52
<b>Первые блюда</b>							
139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	9,38	8,11	16,93	178,22
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	18073	Котлета куриная "Пожарская" Яйцо свежее / Котлетное мясо птицы / Хлеб пшеничный / Молоко / Сухари панировочные / Масло сливочное / Соль йодированная	50	7,93	5,78	6,66	110,38
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.	50	7,04	19,80	0,19	207,12
ТТК	16856	Наггетсы куриные рубленые Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное	45	9,38	9,50	2,02	131,10
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,41	342,00
ТТК	17928	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57
<b>Гарниры и соусы</b>							
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
465/96;511/3/0 4	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
<b>Третьи блюда</b>							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18

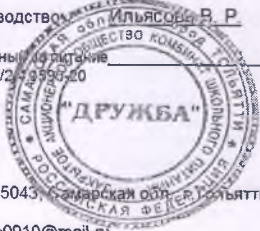
**Хлеб**

пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
<b>Мучные изделия</b>							
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	8986	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	3,81	2,94	14,64	100,26
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

**Итого: 130,00**

Зав.производство Ильясов В. Р.

Ответственный за качество  
СанПиН 2.3/2.1.30195-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru