



Согласовано:  
 Директор МБУ "Школа № 43"  
 Сергеева Ирина

## МЕНЮ

на 22.10.2024

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	16068	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	80	17,00	1,25	0,42	17,43	78,44
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20/25	20,00	2,10	1,13	12,85	69,99
284/96	10339	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	50	20,00	5,54	6,94	1,02	88,70
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	8,58	0,08	0,01	15,21	61,25
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>74,58</b>	<b>14,61</b>	<b>12,79</b>	<b>82,53</b>	<b>503,67</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,88</b>			

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	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20/25	20,00	2,10	1,13	12,85	69,99
284/96	1748	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	105	41,00	11,07	13,88	2,04	177,36
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,40	1,00	0,26	14,97	66,18
<b>Итого:</b>			<b>350</b>	<b>66,40</b>	<b>14,17</b>	<b>15,27</b>	<b>29,86</b>	<b>313,53</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>2,49</b>			

по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20/25	20,00	2,10	1,13	12,85	69,99
284/96	1748	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	105	41,00	11,07	13,88	2,04	177,36
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,40	1,00	0,26	14,97	66,18
<b>Итого:</b>			<b>350</b>	<b>66,40</b>	<b>14,17</b>	<b>15,27</b>	<b>29,86</b>	<b>313,53</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>2,49</b>			

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	16068	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	80	17,00	1,25	0,42	17,43	78,44
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20/25	20,00	2,10	1,13	12,85	69,99
284/96	1748	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	105	41,00	11,07	13,88	2,04	177,36
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	8,75	0,08	0,01	15,21	61,25
<b>Итого:</b>			<b>430</b>	<b>86,75</b>	<b>14,49</b>	<b>15,44</b>	<b>47,53</b>	<b>387,04</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>3,96</b>			

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	16068	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	80	17,00	1,25	0,42	17,43	78,44
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20/25	20,00	2,10	1,13	12,85	69,99
284/96	1748	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	105	41,00	11,07	13,88	2,04	177,36
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	8,75	0,08	0,01	15,21	61,25
<b>Итого:</b>			<b>430</b>	<b>86,75</b>	<b>14,49</b>	<b>15,44</b>	<b>47,53</b>	<b>387,04</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>3,96</b>			

**диетаминизации**

**Завтрак бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс; ОВЗ с 1 по 4 класс; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак); Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	19947	Сок Сады Придонья в асс.125гр. Сок Сады Придонья в асс. 0,125л	125	19,81			14,75	59,00

**Итого:** 125 19,81 1,23 14,75 59,00  
**Итого ХЕ:**

**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
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	14,00	11,31	9,48	15,80	193,72
401/96	19910	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	50,00	1,50	6,02	3,78	75,28
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	9,43	0,16	0,06	21,88	88,70
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	9,00	1,64	5,74	14,41	115,86
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	3,00	1,70	0,33	9,95	49,57

**Итого:** 725 104,43 23,55 26,71 105,16 755,27  
**Итого ХЕ:** 8,76

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	14,00	11,31	9,48	15,80	193,72
401/96	20180	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/30	37,00	1,07	4,49	2,52	54,77
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	11,00	3,05	3,33	14,75	101,17
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	9,60	0,16	0,06	21,88	88,70
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	13464	Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	30	4,00	2,73	1,84	20,75	110,48

**Итого:** 645 82,60 21,14 19,50 93,26 633,06  
**Итого ХЕ:** 7,77

**11 класс**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	14,00	11,31	9,48	15,80	193,72
401/96	20180	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/30	37,00	1,07	4,49	2,52	54,77
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	11,00	3,05	3,33	14,75	101,17
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	9,60	0,16	0,06	21,88	88,70
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	13464	Булочка сахарная Булочка сахарная: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	30	4,00	2,73	1,84	20,75	110,48

**Итого:** 645 82,60 21,14 19,50 93,26 633,06  
**Итого ХЕ:** 7,77

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	14,00	11,31	9,48	15,80	193,72



401/96	19910	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	50,00	1,50	6,02	3,78	75,28
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	9,46	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	26,00	7,11	6,32	20,36	166,76
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	3,00	1,70	0,33	9,95	49,57

Итого: 740 121,46 29,02 27,29 111,11 806,17  
Итого ХЕ: 9,26

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ),  
для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей)  
которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	14,00	11,31	9,48	15,80	193,72
401/96	19910	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	50,00	1,50	6,02	3,78	75,28
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	15,00	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	9,43	0,16	0,06	21,88	88,70
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	9,00	1,64	5,74	14,41	115,86
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	4,00	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	3,00	1,70	0,33	9,95	49,57

Итого: 726 104,43 23,55 26,71 105,16 755,27  
Итого ХЕ: 8,76

#### Витаминация

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции (первая смена); ОВЗ с 1 по 4 класс; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся во вторую смену (обед); Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20278	Батончик Корнлайн зерновой 30 гр. в асс Батончик Корнлайн 30 гр. в асс	30	19,81	1,80	6,60	18,60	141,00

Итого: 30 19,81 1,80 6,60 18,60 141,00  
Итого ХЕ: 1,55

Полдник для обучающихся 1-4 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
682/96	2037	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/30	30,86	10,44	10,88	61,09	384,04
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

Итого: 330 35,86 11,44 11,14 76,06 450,22  
Итого ХЕ: 6,34

#### Витаминация

Полдник для учащихся 1-4 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции, вторая смена

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	16310	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	140	19,81	0,56	0,56	13,72	62,16

Итого: 140 19,81 0,56 0,56 13,72 62,16  
Итого ХЕ: 1,14

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	7268	Салат из крабовых палочек с рисом Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Рис / Соль йодированная)	50	2,06	7,87	3,77	94,15
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень)	50	1,44	2,54	2,68	39,35
	20043	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой: (Капуста свежая п/ф очищ. / Кукуруза консервированная / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	1,98	4,04	10,82	87,56

ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99
Таб.№24/96	6689	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз са.	130	0,86	0,14	8,35	38,10
Таб.№24/96	16068	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	80	1,25	0,42	17,43	78,44
<b>Первые блюда</b>							
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	11,31	9,48	15,80	193,72
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 56гр. / Масло растительное	50	9,30	7,10	8,50	135,10
ТТК	17748	Рулет Галантин с сыром Рулет Галантин с сыром п/ф	50	11,41	9,98	0,50	137,45
484/04	16676	Перец фаршированный с мясом,рисом с соусом 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	1,46	3,02	6,24	57,93
ТТК	14236	Вареники с картофелем и маслом классические Вареники с картофелем НЧ классические / Масло сливочное	200/10	1,38	8,36	7,53	110,86
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой п/ф Дана / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
<b>Гарниры и соусы</b>							
111/07 Дели принт	11592	Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	150	3,42	3,87	26,64	155,07
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
№242/97:518/3 /2004	1998	Картофель отварной с маслом Картофель п/ф / Масло сливочное	150/5	3,04	4,25	24,52	148,45
<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
<b>Хлеб</b>							
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
ТТК	14074	Бисквит шоколадный Бисквит шоколадный: (Яйцо свежее / Сахар песок / Мука в/с / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 шоколадный / Сахарная пудра)	50	3,37	1,67	29,90	148,11
614/2012	13439	Булочка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная	50	4,56	5,19	33,24	197,91
			<b>Итого:</b>	<b>130,00</b>			

Зав.производство: Ильясов В. Р.

Ответственный за качество  
СанПиН 2.3/2.4.3598-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru