



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 13" (б-р Молодежный, 28)

Торопова Н. Ю.

МЕНЮ

на 29.11.2024

МБУ "Школа № 13" (б-р Молодежный, 28)

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №25/96	4937	Сыр порционный Сыр	10	11,00	2,44	3,10		37,66
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	32,00	8,35	9,82	34,12	258,26
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	4,58			14,97	66,18
ТТК	20245	Йогурт 2,5% 100гр.в асс. Йогурт 2,5% 100гр.в асс.	100	25,00	2,80	2,50	10,00	73,70
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			535	74,58	15,11	15,58	68,93	482,68
Итого ХЕ:					5,74			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	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			14,97	66,18
Итого:			350	66,40	13,17	15,01	29,86	313,53
Итого ХЕ:					2,49			

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	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			14,97	66,18
Итого:			350	66,40	13,17	15,01	29,86	313,53
Итого ХЕ:					2,49			

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.	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	9091	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	150	57,00	15,52	19,45	2,89	248,69
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	9,75	0,20	0,04	19,01	77,20
Итого:			395	86,75	17,82	20,62	34,75	395,88
Итого ХЕ:					2,90			

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.	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	9091	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	150	57,00	15,52	19,45	2,89	248,69
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	9,75	0,20	0,04	19,01	77,20
Итого:			395	86,75	17,82	20,62	34,75	395,88
Итого ХЕ:					2,90			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	1996	Огурец солёный Огурцы соленые	50	8,00	0,40	0,05	0,85	5,45
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76

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
469/96;516/3/04	1669	Макаронные отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,43	0,16	0,06	21,88	88,70
Пром	1460	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	50	5,00	3,40	0,65	19,90	99,05
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 780 104,43 23,99 22,08 114,77 753,73
Итого ХЕ: 9,56

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
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
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
469/96;516/3/04	1669	Макаронные отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	4,60			14,97	66,18
пп	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 650 82,60 17,75 21,08 72,35 556,39
Итого ХЕ: 6,03

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
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
469/96;516/3/04	1669	Макаронные отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	4,60			14,97	66,18
пп	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 650 82,60 17,75 21,08 72,35 556,39
Итого ХЕ: 6,03

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
Таб.№24/96	16229	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	120	17,00	0,48	0,48	11,76	53,28
Таб №24/96	1996	Огурец солёный Огурцы соленые	50	8,00	0,40	0,05	0,85	5,45
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
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
469/96;516/3/04	1669	Макаронные отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,46	0,16	0,06	21,88	88,70
Пром	1460	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	50	5,00	3,40	0,65	19,90	99,05
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 900 121,46 24,47 22,56 126,53 807,01
Итого ХЕ: 10,54

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
Таб №24/96	1996	Огурец солёный Огурцы соленые	50	8,00	0,40	0,05	0,85	5,45
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76

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
469/96;516/3/04	1669	Макаронные отварные Вода / Макаaronные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,43	0,16	0,06	21,88	88,70
Пром	1460	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	50	5,00	3,40	0,65	19,90	99,05
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			780	104,43	23,99	22,08	114,77	753,73
Итого ХЕ:					9,56			

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
ТТК	12475	Эчпочмак Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Картофель(очищенный) / Свинина п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло сливочное / Молоко / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное / Соль йодированная	75	33,00	6,12	11,46	22,28	216,74
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	2,86				
Итого:			275	35,86	6,12	11,46	22,28	216,74
Итого ХЕ:					1,86			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
№39/97	13906	Салат из свежих помидоров с луком и соусом Салат из свежих помидоров с луком и соусом: (Помидор свежий / Лук репчатый / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная)	50	0,84	6,80	2,71	75,40
Таб.№24/96	3378	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00
25/2014 ДеЛи плюс	11403	Салат из картофеля с зеленым горошком Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Огурец свежий / Морковь свежая п/ф / Лук зеленый / Масло растительное	60	1,24	3,12	6,19	57,80
87/2013	13113	Салат "Школьный" с соусом Свекла п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф	75	1,52	5,07	6,45	77,51
ТТКТаб.№24/96	15422	Русский разносол Огурцы соленые / Помидоры соленые / Капуста квашеная	80	0,78	0,06	1,46	9,48

Первые блюда

120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (сул.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	9,08	10,61	7,74	162,76
--------	-------	---	-----	------	-------	------	--------

Вторые блюда

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
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное	50	8,65	2,97	7,91	92,97
416/96	5456	Биточки рубленые из говядины с соусом Фарш 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) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50/30	8,96	8,32	10,12	151,20
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	1,50	6,02	3,78	75,28
ТТК	20290	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой п/ф Дана / Масло растительное	160	25,60	14,96	33,12	369,50

Гарниры и соусы

472/96	12384	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	120	2,62	3,97	17,57	116,49
469/96	18417	Макаронные отварные Макаронные отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
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

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

Мучные изделия

ТТК	20108	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)	75	6,83	4,59	51,89	276,15
ТТК	13441	Витушка с маком Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное	50	4,70	3,10	31,54	172,86
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39

Хлеб

пп	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
----	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	-------

пп	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24
----	-------	----------------------------	----	------	------	-------	-------

Итого: 130,00

Зав.производство МАЗАРС РА О. В.

Ответственный за качество
СанПиН 2.3/2.8590.00



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

E-mail: eda0910@mail.ru