



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

Торопова Н. Ю.

## МЕНЮ

на 22.01.2025

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	10	7,00	0,12	0,21		2,35
Таб.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	30,00	7,33	7,65	35,72	241,05
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,68			14,97	66,18
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	5,00	2,25	0,87	15,42	78,51
ТТК	19307	Йогурт Фруате Йогурт Фруате 125гр	125	31,00	2,80	2,50	15,00	93,70
<b>Итого:</b>			<b>570</b>	<b>78,68</b>	<b>12,50</b>	<b>11,23</b>	<b>81,11</b>	<b>481,79</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,76</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
	5709	Огурец солёный Огурцы соленые	25	4,00	0,22	0,03	0,47	3,03
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	5,10			14,97	66,18
<b>Итого:</b>			<b>375</b>	<b>70,10</b>	<b>13,39</b>	<b>15,04</b>	<b>30,33</b>	<b>316,56</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>2,53</b>			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	5709	Огурец солёный Огурцы соленые	25	4,00	0,22	0,03	0,47	3,03
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	5,10			14,97	66,18
<b>Итого:</b>			<b>375</b>	<b>70,10</b>	<b>13,39</b>	<b>15,04</b>	<b>30,33</b>	<b>316,56</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>2,53</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	16660	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоки свежие местные д/с	60	9,00	0,24	0,24	5,88	26,64
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
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,52			14,97	66,18
<b>Итого:</b>			<b>455</b>	<b>91,52</b>	<b>17,86</b>	<b>20,82</b>	<b>36,59</b>	<b>411,50</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>3,05</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	16660	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоки свежие местные д/с	60	9,00	0,24	0,24	5,88	26,64
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
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,52			14,97	66,18
<b>Итого:</b>			<b>455</b>	<b>91,52</b>	<b>17,86</b>	<b>20,82</b>	<b>36,59</b>	<b>411,50</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>3,05</b>			

**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	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	20286	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	65,00	7,38	9,81	33,14	250,37
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,17	0,01	0,01	6,92	27,76
687/96	8982	Пирожок с капустой и яйцом Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш из свежей капусты с яйцом: (Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Масло растительное) / Мука в/с / Масло растительное	50	11,00	3,67	2,77	20,91	123,25
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20
пп	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	4,00	2,72	0,52	15,92	79,24
<b>Итого:</b>			<b>730</b>	<b>110,17</b>	<b>28,89</b>	<b>22,98</b>	<b>117,29</b>	<b>791,54</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>9,77</b>			

**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
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	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	19923	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/150	54,00	6,20	8,98	30,11	226,08
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,10	0,01	0,01	6,92	27,76
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
пп	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
<b>Итого:</b>			<b>650</b>	<b>87,10</b>	<b>23,81</b>	<b>20,64</b>	<b>95,53</b>	<b>663,18</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,96</b>			

**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
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	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	19923	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/150	54,00	6,20	8,98	30,11	226,08
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,10	0,01	0,01	6,92	27,76
ТТК	5100	Булочка Загадка Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	6,00	4,77	2,02	32,87	168,74
пп	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,00	1,52	0,16	9,84	46,88
<b>Итого:</b>			<b>650</b>	<b>87,10</b>	<b>23,81</b>	<b>20,64</b>	<b>95,53</b>	<b>663,18</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,96</b>			

**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	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	20286	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	65,00	7,38	9,81	33,14	250,37
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,14	0,01	0,01	6,92	27,76
ТТК	18633	Сырная палочка Сырная палочка: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	75	30,00	9,52	7,34	36,59	250,49
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	3,00	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>128,14</b>	<b>33,71</b>	<b>27,36</b>	<b>126,99</b>	<b>889,11</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>10,58</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 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	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	20286	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы) Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	65,00	7,38	9,81	33,14	250,37
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10,17	0,01	0,01	6,92	27,76
687/96	8982	Пирожок с капустой и яйцом Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш из свежей капусты с яйцом: (Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Масло растительное) / Мука в/с / Масло растительное	50	11,00	3,67	2,77	20,91	123,25
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20
ПП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	4,00	2,72	0,52	15,92	79,24
<b>Итого:</b>			<b>730</b>	<b>110,17</b>	<b>28,89</b>	<b>22,98</b>	<b>117,29</b>	<b>791,54</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>9,77</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
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	12,83	0,26	0,11	25,88	105,55
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>37,83</b>	<b>7,83</b>	<b>4,48</b>	<b>47,97</b>	<b>263,52</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,00</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>							
Сб.рец. Москва 2022г.	2011	Салат Цезарь (котл.мясо птицы,капуста пек,соус) Салат Цезарь (котл.мясо птицы,капуста пек,соус): (Котлетное мясо птицы / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Хлеб пшеничный / Сыр / Соль йодированная)	50	5,81	9,63	5,98	133,84
Таб.№24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	90	0,36	0,27	9,27	40,95
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
40/97	6353	Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом : (Помидор свежий / Огурец свежий / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)	50	0,76	6,78	2,14	72,62
№71/2004	129	Винегрет овощной Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	100	1,63	10,04	8,38	130,40

**Первые блюда**

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
--------	-------	--	-----	-------	------	-------	--------

**Вторые блюда**

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
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
682/96	1836	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	150/20	13,88	16,22	77,69	512,26
430/96	2393	Запеканка картофельная с мясом Картофель(очищенный) / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная	121	10,71	9,32	21,78	213,84

**Гарниры и соусы**

240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
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
469/96	18417	Макаронны отварные Макаронны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01

**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	14099	Бисквит Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)	50	3,18	1,54	30,10	146,98
ТТК	10164	Булочка с кунжутом Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	4,31	1,17	28,26	140,81

ТТК	5295	Булочка с маком 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
<b>Хлеб</b>							
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57

**Итого: 137,00**

Зав.производство: МАЗАРОВА О. В.

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_ /  
СанПиН 2.3/2.1.3596-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru