

Меню для школ

на период с 25.09.2023г. по 30.09.2023



Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			Витамины							Минеральные вещества							ХЕ
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)			

Понедельник

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)																				
Таб №24/9	15812	Десерт фруктовый (яблоко)	80	0,32	0,32	7,84	35,52									12,90	7,20	8,80	1,76	
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром	40	5,29	6,78	10,32	123,50	11,80	0,03	0,07	0,11	3,52	3,48			137,63	8,63	94,05	0,47	
Таб №24/9	6378	Каша молочная гречневая вязкая с маслом	200/5	9,12	8,64	33,33	247,56	0,05	0,25	0,25	1,25	9,12			5,76	126,77	113,46	236,98	3,46	
628/96, 685/2004	259	Чай с сахаром	200	1,00	0,26	14,97	66,18									0,45			0,05	
Итого:				525	15,73	16,00	66,46	472,76	11,85	0,30	0,34	9,36	12,64	6,26	5,76	277,65	129,31	339,83	5,74	5,54

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

ТТК	19882	Груша свежая местная	65	0,26	0,20	6,70	29,58		0,65	1,30	4,55	0,26								
Таб №24/9	6232	Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,48	2,91		0,01	0,01	1,79	0,18	0,18	1,28	4,34	3,57	7,65	0,13		
ТТК	19854	Котлеты Пикник	50	5,20	14,80	5,20	174,80										0,06			
469/96, 516/304	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	0,02	0,09	0,03		5,65	5,61	0,77	20,27	8,72	47,78	0,90		
628/96, 685/2004	259	Чай с сахаром	200	1,00	0,26	14,97	66,18									0,45			0,05	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34			0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24	
Итого:				510	13,79	20,15	73,65	531,09	0,02	0,77	1,35	6,34	6,09	5,79	2,05	28,86	14,89	68,49	1,32	6,14

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)																				
Таб №24/9	5109	Помидор свежий	25	0,28	0,05	0,97	5,45		0,02	0,01	6,38	0,28	0,28	1,53	3,57	5,10	6,63	0,23		
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне	200	8,70	9,56	9,46	158,72	0,15	0,11	0,11	20,09	7,51	7,06	0,93	46,21	28,09	110,05	1,33		
416/96	5000	Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) с соусом	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66	1,90	0,06	0,08	1,16	8,93	0,15	0,02	12,11	15,19	90,92	1,46		
472/96	549	Картофельное пюре	150	3,30	4,98	22,06	146,26	0,03	0,16	0,13	25,91	3,30	0,70	1,44	48,32	33,13	98,47	1,23		
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57		0,05	0,02		1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	39,25	0,98		
ТТК	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	86,70									0,60			0,06	
18, 06, 17, ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01		2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39		
Итого:				715	25,73	23,52	91,19	679,40	2,08	0,44	0,36	53,54	24,38	12,54	5,73	129,56	98,66	368,07	5,68	7,60

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

132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне	200	8,70	9,56	9,46	158,72	0,15	0,11	0,11	20,09	7,51	7,06	0,93	46,21	28,09	110,05	1,33		
416/96	5000	Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) с соусом	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66	1,90	0,06	0,08	1,16	8,93	0,15	0,02	12,11	15,19	90,92	1,46		
200/96	16303	Картофель отварной	150	3,10	0,62	25,27	119,04		0,19	0,11	31,00				15,50	35,65	89,90	1,40		
ТТК	14005	Чай яблочный	200	0,06	0,06	13,38	54,30		0,00	0,00	1,14				2,12	1,03	1,25	0,28		
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01		2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39		
Итого:				665	23,45	18,78	74,98	562,76	2,05	0,40	0,31	53,39	19,10	9,86	1,61	82,94	84,86	314,87	4,85	6,25

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	52,81		0,00	0,01	26,60	0,14			5,15	4,12	4,39	0,21		
ТТК	10016	Хачапури	75	10,67	9,49	30,54	250,25	0,08	0,09	0,13	0,15	10,67	10,67	153,68	205,32	15,96	165,50	0,97		
Итого:				275	10,81	9,54	43,49	303,06	0,08	0,09	0,14	26,75	10,81	10,67	153,68	210,47	20,08	169,98	1,18	3,62

Вторник

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)																				
Таб №24/9	1043	Помидор свежий	40	0,45	0,08	1,55	8,72		0,02	0,02	10,20	0,45	0,45	2,45	5,71	8,16	10,61	0,37		
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская"	50	9,30	7,10	8,50	135,10										0,04			
469/96, 516/304	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	0,02	0,09	0,03		5,65	5,61	0,77	20,27	8,72	47,78	0,90		
540/96	8473	Соус томатный	30	0,29	1,52	1,85	22,24		0,01	0,01	1,16	0,29	0,29	0,02	2,48	2,18	4,28	0,10		
ТТК	14005	Чай яблочный	200	0,06	0,06	13,38	54,30		0,00	0,00	1,14				2,12	1,03	1,25	0,28		
ПП	15228	Батон в ассортименте	35	2,63	1,02	17,99	91,60		0,04	0,01					6,65	4,55	22,75	0,42		
Итого:				505	18,38	14,07	79,29	517,25	0,02	0,16	0,07	12,50	6,39	6,35	3,24	37,23	24,64	86,71	2,07	6,61

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

Таб №24/9	5154	Помидор свежий	20	0,22	0,04	0,78	4,36		0,01	0,01	5,10	0,22	0,22	1,22	2,86	4,08	5,30	0,18		
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская"	50	9,30	7,10	8,50	135,10										0,04			
464/96	3714	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09	0,02	0,16	0,08		4,58			13,97	72,33	109,91	2,47		
ТТК	14005	Чай яблочный	200	0,06	0,06	13,38	54,30		0,00	0,00	1,14				2,12	1,03	1,25	0,28		
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24		
Итого:				440	15,66	12,59	55,06	396,19	0,02	0,20	0,10	6,24	4,80	0,22	1,22	22,75	80,04	129,50	3,17	4,59

Витаминация (завтрак)																				
ТТК	19877	Груша свежая местная	115	0,46	0,35	11,85	52,33		1,15	2,30	8,05	0,46								
Итого:				115	0,46	0,35	11,85	52,33		1,15	2,30	8,05	0,46							0,99

Витаминация (обед)																				
	9473	Виноград свежий	70	0,43	0,43	11,09	49,97		0,04	0,01	4,32	0,43			21,60	12,24	15,84	0,43		
Итого:				70	0,43	0,43	11,09	49,97		0,04	0,01	4,32	0,43		21,60	12,24	15,84	0,43		0,92

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)																				
Таб №24/9	6232	Огурец свежий	25	0,18	0,03	0,48	2,91		0,01	0,01	1,79	0,18	0,18	1,28	4,34	3,57	7,65	0,13		
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур. бульоне	200	11,31	9,48	15,80	193,72	0,14	0,24	0,12	10,20	10,42	6,59	0,87	43,89	36,58	130,22	2,21		
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок)	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90		0,29	0,10	3,34	10,41			18,97	44,06	164,16	1,55		
646/96, 699/2004	267	Напиток из лимона	200	0,14	0,02	24,43	98,45		0,01	0,00	6,40	0,14	0,14	0,32	7,12	1,92	3,52	0,17		
ТТК	5100	Булочка Загадка	50	4,77	2,02	32,87	168,74	0,01	0,08	0,02		4,77	4,76	0,68	10,39	7,39	40,69	0,57		
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57		0,05	0,02		1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	39,25	0,98		
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28		
Итого:				705	30,41	33,62	135,93	967,90	0,15	0,71	0,28	21,73	23,52	13,37	4,39	101,46	109,27	401,74	5,89	11,33

110/08	8989	Булочка Дорожная	30	2,20	3,97	17,33	113,85	0,02	0,04	0,02		2,20	2,16	0,31	5,63	3,39	20,24	0,27	
ПП	15226	Батон в ассортименте	35	2,63	1,02	17,99	91,60		0,04	0,01					6,65	4,55	22,75	0,42	
Итого:			495	14,72	16,58	79,87	527,56	0,04	0,24	0,06	2,14	6,59	2,37	176,44	34,42	42,43	138,74	1,92	6,66

Витаминизация (завтрак)																			
Tab №24/9	5323	Десерт фруктовый (яблоко)	170	0,68	0,68	16,66	75,48		0,05	0,05	17,00	0,68			27,20	15,30	18,70	3,74	
Итого:			170	0,68	0,68	16,66	75,48		0,05	0,05	17,00	0,68			27,20	15,30	18,70	3,74	1,39

Витаминизация (обед)																			
ТТК	19877	Груша свежая местная	115	0,46	0,35	11,85	52,33		1,15	2,30	8,05	0,46							
Итого:			115	0,46	0,35	11,85	52,33		1,15	2,30	8,05	0,46							0,99

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)																			
Tab №24/9	2382	Огурец свежий	50	0,36	0,05	0,97	5,77		0,02	0,01	3,57	0,36	0,36	2,55	8,67	7,14	15,30	0,26	
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кув. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26	0,16	0,05	0,05	19,81	1,66	7,53	0,99	39,43	21,63	43,87	26,62	
469/04	8841	Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным	55/30	9,38	10,24	9,71	168,52		0,05	0,10	1,70	9,38	9,38	0,76	36,34	15,46	99,90	1,42	
ТТК	15290	Каша перловая с овощами	150	3,65	15,41	25,18	254,04		0,07	0,04	3,75	3,43			34,02	26,24	133,41	1,01	
ТТК	8540	Чай с шиповником	200	0,24	0,10	18,35	75,26		0,00	0,02	70,00	0,24	0,24	0,35	4,65	1,19	1,19	0,26	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57		0,05	0,02		1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	39,25	0,98	
Итого:			735	18,89	30,39	87,48	699,02	0,16	0,27	0,25	98,83	18,67	19,21	5,90	139,86	87,41	349,17	30,83	7,29

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ с 5 по 11 класс																			
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кув. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26	0,16	0,05	0,05	19,81	1,66	7,53	0,99	39,43	21,63	43,87	26,62	
469/04	8841	Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным	55/30	9,38	10,24	9,71	168,52		0,05	0,10	1,70	9,38	9,38	0,76	36,34	15,46	99,90	1,42	
ТТК	15260	Каша перловая с овощами	150	3,65	15,41	25,18	254,04		0,07	0,04	3,75	3,43			34,02	26,24	133,41	1,01	
628/96	685/2004	Чай с сахаром	200	1,00	0,26	14,97	66,18								0,45			0,05	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
Итого:			660	17,59	30,17	73,18	634,60	0,16	0,20	0,20	25,26	16,37	16,91	1,75	115,24	66,83	293,43	29,38	6,10

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств																			
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09	
696/96	7928	Расстегай с говядиной и луком	75	11,33	8,09	33,10	250,53	0,01	0,11	0,10	0,27	11,33	11,33	274,26	17,42	16,03	112,38	1,57	
Итого:			275	11,41	8,10	48,31	311,78	0,01	0,11	0,10	3,47	11,41	11,41	274,42	21,07	16,99	114,14	1,66	4,03

Четверга																			
Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)																			
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99		0,03	0,01					4,75	3,25	16,25	0,30	
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12	0,05	0,19	0,20	1,25	8,57	2,78	5,76	140,20	43,66	219,15	2,35	
ТТК	8540	Чай с шиповником	200	0,24	0,10	18,35	75,26		0,00	0,02	70,00	0,24	0,24	0,35	4,65	1,19	1,19	0,26	
ТУ	5315	Слойка с творогом	50	9,15	22,14	29,01	351,90					9,15	9,15	0,48	0,66	0,14	2,30	0,03	
Итого:			500	20,06	31,01	102,73	770,27	0,05	0,22	0,24	71,25	17,99	12,17	6,89	150,26	48,24	238,89	2,94	8,56

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ с 5 по 11 класс																			
ТТК	19882	Груша свежая местная	65	0,26	0,20	6,70	29,58		0,65	1,30	4,55	0,26							
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99		0,03	0,01					4,75	3,25	16,25	0,30	
ТТК	14202	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	90/10	5,59	1,76	39,81	197,40	0,01	0,02	0,12					31,01	3,43	22,12	0,02	
ТТК	8540	Чай с шиповником	200	0,24	0,10	18,35	75,26		0,00	0,02	70,00	0,24	0,24	0,35	4,65	1,19	1,19	0,26	
Итого:			410	8,19	3,19	77,70	372,23		0,69	1,35	74,67	0,50	0,24	0,35	40,41	7,87	39,56	0,58	6,48

Витаминизация (завтрак)																			
Tab №24/9	8952	Десерт фруктовый (банан)	110	1,65	0,55	23,10	103,95		0,04	0,06	11,00	1,65	1,71	2,28	8,80	46,20	30,80	0,66	
Итого:			110	1,65	0,55	23,10	103,95		0,04	0,06	11,00	1,65	1,71	2,28	8,80	46,20	30,80	0,66	1,93

Витаминизация (обед)																			
	9473	Виноград свежий	70	0,43	0,43	11,09	49,97		0,04	0,01	4,32	0,43			21,60	12,24	15,84	0,43	
Итого:			70	0,43	0,43	11,09	49,97		0,04	0,01	4,32	0,43			21,60	12,24	15,84	0,43	0,92

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОБЗ с 1 по 4 класс)																			
Tab №24/9	1043	Помидор свежий	40	0,45	0,08	1,55	8,72		0,02	0,02	10,20	0,45	0,45	2,45	5,71	8,16	10,61	0,43	
148/96	15830	Суп с макаронными изделиями на кув. бульоне	200	10,94	11,88	12,90	202,26	0,19	0,08	0,09	2,65	10,87	10,70	0,24	29,55	17,98	104,47	1,15	
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок)	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69		0,24	0,07	2,07	6,87	0,22	0,03	14,69	14,09	84,20	0,98	
240/96	7309	Картофель запеченный	150	3,09	6,86	25,18	174,82		0,19	0,11	30,90	3,09			22,81	35,98	91,24	1,45	
697/97	7820	Компот из ягод замороженной	200	0,26	0,11	25,88	105,55		0,01	0,01	52,80	0,26			10,22	8,18	8,71	0,42	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57		0,05	0,02		1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	39,25	0,98	
Итого:			700	25,21	37,27	90,74	799,21	0,19	0,62	0,33	98,62	25,14	13,07	3,97	99,73	100,14	354,73	5,63	7,56

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ с 5 по 11 класс																			
148/96	15830	Суп с макаронными изделиями на кув. бульоне	200	10,94	11,88	12,90	202,26	0,19	0,08	0,09	2,65	10,87	10,70	0,24	29,55	17,98	104,47	1,15	
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок)	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69		0,24	0,07	2,07	6,87	0,22	0,03	14,69	14,09	84,20	0,98	
240/96	7309	Картофель запеченный	150	3,09	6,86	25,18	174,82		0,19	0,11	30,90	3,09			22,81	35,98	91,24	1,45	
ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	52,81		0,00	0,01	26,60	0,14			5,15	4,12	4,39	0,21	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
Итого:			635	22,94	36,80	66,31	688,18	0,19	0,55	0,29	62,22	22,87	10,92	0,27	77,20	75,67	300,55	4,07	5,53

Подлук для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств																			
682/96	1836	Оладьи со сгущенным молоком	150/20	13,88	16,22	77,69	512,26	16,94	0,21	0,23	1,30	13,88	13,88	642,86	189,69	34,36	214,34	1,38	
ТТК	14005	Чай яблочный	200	0,06	0,06	13,38	54,30		0,00	0,00	1,14				2,12	1,03	1,25	0,28	
Итого:			370	13,94	16,28	91,07	566,56	16,94	0,21	0,23	2,44	13,88	13,88	642,86	191,81	35,39	215,59	1,66	7,59

111/07 Дели прант	14066	Картофель тушеный с луком и томатом	100	2,28	2,38	17,78	101,66		0,13	0,07	21,89	2,28			17,97	25,69	67,21	1,06	
ТТК 19.06.17г	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70								0,60			0,06	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
Итого:			620	23,25	22,21	65,86	556,29	0,16	0,26	0,20	51,42	12,10	7,71	1,28	81,58	60,80	199,40	2,85	5,49

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

ТТК	19886	Груша свежая местная	60	0,24	0,18	6,18	27,30		0,60	1,20	4,20	0,24							
09/09/17	15340	Компот из яблок (местное)	200	0,18	0,18	28,36	115,79		0,01	0,01	4,50				7,92	4,05	4,95	1,06	
ТТК	19748	Пицца Школьная с мясом прессованным	50	3,97	5,33	17,58	134,20	0,01	0,05	0,03	0,63	3,84	3,77	0,36	54,57	6,73	50,46	0,39	
Итого:			310	4,39	5,69	52,12	277,29	0,01	0,66	1,24	9,33	4,08	3,77	0,36	62,49	10,78	55,41	1,46	4,34

Суббота

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

Табл №24/94	10114	Помидор свежий	35	0,39	0,07	1,36	7,63		0,02	0,01	8,93	0,39	0,39	2,14	5,00	7,14	9,28	0,32	
ТТК	19886	Рис оригинальный с мясом птицы	30/150	13,01	12,92	41,68	335,06		0,06	0,04	4,36	4,16			28,43	36,06	98,93	0,97	
№02/09/00	204	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24	
Итого:			435	14,98	13,58	68,53	456,28		0,11	0,06	16,49	4,63	0,47	2,30	40,88	46,76	122,97	1,62	5,71

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур. бульоне	200	8,96	8,44	13,95	167,57	0,15	0,13	0,11	14,97	7,68	7,06	0,93	35,12	30,80	118,86	1,42	
430/96	2393	Запеканка картофельная с мясом	121	10,71	9,32	21,78	213,84	0,95	0,18	0,16	24,45	10,71			21,67	39,57	157,03	2,38	
ТТК	8540	Чай с шиповником	200	0,24	0,10	18,35	75,26		0,00	0,02	70,00	0,24	0,24	0,35	4,65	1,19	1,19	0,26	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
Итого:			546	21,81	18,06	66,38	515,27	1,10	0,35	0,30	109,42	20,53	7,30	1,28	66,44	75,06	293,33	4,34	5,53