



# МЕНЮ

на 13.05.2025

МБУ "Школа № 20" (ул. Голосова, 83)

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. /	150/75	58.00	6.23	13.24	38.59	298.39
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	9.10	0.08	0.01	15.21	61.25
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3.00	1.90	0.20	12.30	58.60
<b>Итого:</b>			<b>450</b>	<b>70.10</b>	<b>8.21</b>	<b>13.45</b>	<b>66.10</b>	<b>418.24</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5.51</b>			

## Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. /	150/75	58.00	6.23	13.24	38.59	298.39
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	9.10	0.08	0.01	15.21	61.25
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3.00	1.90	0.20	12.30	58.60
<b>Итого:</b>			<b>450</b>	<b>70.10</b>	<b>8.21</b>	<b>13.45</b>	<b>66.10</b>	<b>418.24</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5.51</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	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	90	23.52	0.36	0.27	9.27	40.95
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд) Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. /	150/75	58.00	6.23	13.24	38.59	298.39
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5.00			14.97	66.18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5.00	3.80	0.40	24.60	117.20
<b>Итого:</b>			<b>565</b>	<b>91.52</b>	<b>10.39</b>	<b>13.91</b>	<b>87.43</b>	<b>522.72</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7.29</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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	19.00	11.31	9.48	15.80	193.72
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40.00	7.50	7.50	2.50	107.50
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	20.00	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	5.10			14.97	66.18
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3.00	1.90	0.20	12.30	58.60
<b>Итого:</b>			<b>575</b>	<b>87.10</b>	<b>22.91</b>	<b>20.62</b>	<b>60.27</b>	<b>524.56</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5.02</b>			

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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	19.00	11.31	9.48	15.80	193.72
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40.00	7.50	7.50	2.50	107.50
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	20.00	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	5.10			14.97	66.18
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	3.00	1.90	0.20	12.30	58.60
<b>Итого:</b>			<b>575</b>	<b>87.10</b>	<b>22.91</b>	<b>20.62</b>	<b>60.27</b>	<b>524.56</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5.02</b>			

**Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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	38.00	13.88	16.22	77.69	512.26
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5.90			14.97	66.18
<b>Итого:</b>			<b>370</b>	<b>43.90</b>	<b>13.88</b>	<b>16.22</b>	<b>92.66</b>	<b>578.44</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7.72</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.	20007	Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус)	75	1.64	2.23	9.77	65.69
49/2013	18515	Салат "Ароматный"	60	0.27	6.03	0.73	58.25
	20181	Салат из моркови с чесноком и соусом	100	0.14	0.01	0.47	2.55
19/2004	4792	Салат из свежих помидоров с луком	60	0.68	3.09	3.47	44.41
ТТК	9288	Салат из свежих фруктов (груша,апельсин)	60	0.45	0.16	15.88	66.76
<b>Первые блюда</b>							
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	200	11.31	9.48	15.80	193.72
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	18541	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы.говяд)	150/75	6.23	13.24	38.59	298.39
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая	50	6.54	13.45	7.80	178.41
ТТК	6900	Поджарка из свинины	40/10	8.81	25.69	1.81	273.69
436/96	15458	Цыплята запеченные	75	17.67	18.21		234.59
ТТК	19852	Котлеты Сочные	50	7.50	7.50	2.50	107.50
<b>Гарниры и соусы</b>							
472/96	145	Картофельное пюре	100	2.20	3.44	14.70	98.56
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные	150	5.60	5.66	35.88	216.84
<b>Третьи блюда</b>							
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14.97	66.18
<b>Хлеб</b>							
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	46.88
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	5295	Булочка с маком	50	4.31	1.87	29.72	152.95
ТТК	7153	Плюшка Московская	30	2.55	1.91	18.77	102.47
<b>Итого:</b>			<b>137.00</b>				

Зав.производство \_\_\_\_\_ И.

Ответственный \_\_\_\_\_  
СанПин 2.3/2 \_\_\_\_\_



Россия, 445043, Московская область, г.Щелково, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru