



МЕНЮ

на 22.05.2025

МБУ "Школа № 20" (ул. Голосова, 83)

Завтрак 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	Ккалп
Таб. №24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	8.00	0.18	0.03	0.48	2.91
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	36.00	5.20	14.80	5.20	174.80
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	9.00	5.60	5.66	35.88	216.84
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	11.10	0.20	0.04	19.01	77.20
ПП	13984	Батон в ассортименте Батон	40	6.00	3.00	1.16	20.56	104.68
Итого:			465	70.10	14.18	21.69	81.13	576.43
Итого ХЕ:					6.76			

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалп
Таб. №24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	8.00	0.18	0.03	0.48	2.91
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	36.00	5.20	14.80	5.20	174.80
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	9.00	5.60	5.66	35.88	216.84
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	11.10	0.20	0.04	19.01	77.20
ПП	13984	Батон в ассортименте Батон	40	6.00	3.00	1.16	20.56	104.68
Итого:			465	70.10	14.18	21.69	81.13	576.43
Итого ХЕ:					6.76			

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	Ккалп
Таб. №24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	90	17.42	0.81	0.18	7.29	34.02

Таб.№24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	8.00	0.18	0.03	0.48	2.91
ТТК	20392	Котлеты Пикник с соусом томатным Котлеты Пикник : (Котлеты Пикник / Масло растительное) / 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)	50/50	41.00	5.68	17.34	8.29	211.91
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	9.00	5.60	5.66	35.88	216.84
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	11.10	0.20	0.04	19.01	77.20
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	5.00	2.63	1.02	17.99	91.60

Итого: 600 91.52 15.09 24.26 88.94 634.48
Итого ХЕ: 7.41

Обед 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	Ккал
136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Крупа пшено / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	21.00	8.96	8.44	13.95	167.57
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха,с маслом Пельмени МБ с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	55.00	20.21	13.70	34.10	342.00
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10.00	0.16	0.06	21.88	88.70
ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	1.10	0.79	0.10	4.83	23.38

Итого: 560 87.10 30.12 22.30 74.76 621.65
Итого ХЕ: 6.23

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Крупа пшено / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	21.00	8.96	8.44	13.95	167.57
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха,с маслом Пельмени МБ с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	55.00	20.21	13.70	34.10	342.00
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	10.00	0.16	0.06	21.88	88.70
ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	1.10	0.79	0.10	4.83	23.38

Итого: 560 87.10 30.12 22.30 74.76 621.65
Итого ХЕ: 6.23

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	17927	Блинчики Домашние с молоком сгущ.	90/10	35.00	5.05	7.25	25.41	187.05
		Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное						
№629/96	264	Чай лимонный	200	8.90	0.08	0.01	15.21	61.25
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий						
Итого:			300	43.90	5.13	7.26	40.62	248.30
Итого ХЕ:					3.38			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
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
58/13	17969	Салат из моркови с чесноком и соусом Морковь свежая молодая / Соус для детей в асс. / Чеснок	50	0.07	0.01	0.24	1.30
ТТК	8805	Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком: (Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	50	2.07	5.15	2.93	66.35
№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	50	0.48	2.56	2.27	34.04
Первые блюда							
136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Крупа пшено / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	8.96	8.44	13.95	167.57
Вторые блюда							
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха,с маслом Пельмени МБ с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20.21	13.70	34.10	342.00
376/96	9337	Поджарка из свинины Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	30/7,5	16.64	47.41	3.97	509.13
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
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	5.20	14.80	5.20	174.80
Гарниры и соусы							
215/96	8455	Рагу овощное с соусом томатным Картофель п/ф / 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) / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	100	1.70	5.73	11.01	102.44
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5.65	4.29	36.02	205.29
Третьи блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14.97	66.18
Хлеб							
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.32
Мучные изделия							
ТТК	13449	Булочка Ромашка Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	60	5.54	5.79	36.60	220.67
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1.64	5.74	14.41	115.86

Зав.производства _____ И.

Ответственный за питание _____ /
СанПиН 2.3/2.1.3695-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru