Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 81"
Кравченко Нина Витальевна

МЕНЮ
на 12.01.2026

МБУ "Школа № 81"

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ржавчинский) / Сок в ассортимент 3л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоеная в ассортименте (новаторо) мф 42г / Яйцо куриное	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Тт6.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,20
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Итого:	500	14,83	19,63	98,16	628,63
		Итого ХЕ:				8,18	

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.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ржавчинский) / Сок в ассортимент 3л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
Тт6.25/96	1169	Сыр порционный Сыр	25	6,03	7,67		93,15
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортимент	20	1,52	0,16	9,84	46,90
		Итого:	450	12,83	15,20	73,91	483,78
		Итого ХЕ:				6,16	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. Сок в ассортименте 0,2л	200			11,50	46,00
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоеная в ассортименте (новаторо) мф 42г / Яйцо куриное	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Тт6.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,20
ГП	439	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	490	13,87	19,51	85,73	573,99
		Итого ХЕ:				7,14	

Стоимость рациона: 85,48 руб.

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. Сок в ассортименте 0,2л	200			11,50	46,00
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоеная в ассортименте (новаторо) мф 42г / Яйцо куриное	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Тт6.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,20
ГП	439	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	490	13,87	19,51	85,73	573,99
		Итого ХЕ:				7,14	

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19360	Каша молочная рисовая на сгущ молоке с маслом Вода / Молоко сгущенное / Рис / Масло сливочное / Соль йодированная	200/5	5,08	7,33	45,06	266,53
ТТК	19357	Сок в ассортименте 0,2л. Сок в ассортименте 0,2л	200			11,50	46,00
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоеная в ассортименте (новаторо) мф 42г / Яйцо куриное	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Тт6.№25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,20
ГП	439	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	490	13,87	19,51	85,73	573,99
		Итого ХЕ:				7,14	

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.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Пр.рачитый / Морковь свежая / Зелень (пи ет.укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас. / Перловый пер.	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" мф 50гр. / Масло растительное	50	9,30	7,10	8,50	135,10
463/96,ТТК№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ГП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,26	17,22	82,04
		Итого:	635	23,66	17,54	95,97	634,09
		Итого ХЕ:				8,00	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12142	Огурец солёный Огурцы солёные	60	0,53	0,07	1,13	7,27
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Пр.рачитый / Морковь свежая / Зелень (пи ет.укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас. / Перловый пер.	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	26391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" , (Котлета куриная "Пожарская" мф 70гр. / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая мф / Мука вс / Масло растительное / Пр.рачитый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
463/96,ТТК№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Итого:	745	27,05	23,64	105,56	743,19
		Итого ХЕ:				8,08	

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	6948	Огурец солёный Огурцы солёные	40	0,36	0,04	0,75	4,80
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Пр.рачитый / Морковь свежая / Зелень (пи ет.укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас. / Перловый пер.	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	26391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" , (Котлета куриная "Пожарская" мф 70гр. / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая мф / Мука вс / Масло растительное / Пр.рачитый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
463/96,ТТК№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ТТК №6.13	1110	Сырная палочка Яйцо куриное / Мука вс / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,50	24,35	167,06
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ГП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,92	79,24
		Итого:	815	35,96	28,62	145,45	987,02
		Итого ХЕ:				12,12	

Стоимость рациона: 133,65 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	6948	Огурец солёный Огурцы солёные	40	0,36	0,04	0,75	4,80
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Пр.рачитый / Морковь свежая / Зелень (пи ет.укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас. / Перловый пер.	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	26391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" , (Котлета куриная "Пожарская" мф 70гр. / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая мф / Мука вс / Масло растительное / Пр.рачитый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
463/96,ТТК№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ТТК №6.13	1110	Сырная палочка Яйцо куриное / Мука вс / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,50	24,35	167,06
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ГП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,92	79,24
		Итого:	815	35,96	28,62	145,45	987,02
		Итого ХЕ:				12,12	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12142	Огурец солёный Огурцы солёные	60	0,53	0,07	1,13	7,27
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Пр.рачитый / Морковь свежая / Зелень (пи ет.укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас. / Перловый пер.	200	2,17	4,21	13,02	98,65
ТТК	26391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" , (Котлета куриная "Пожарская" мф 70гр. / Масло растительное) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая мф / Мука вс / Масло растительное / Пр.рачитый мф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
463/96,ТТК№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
ТТК	20629	Напиток из ягод (смесь зам) п.с. Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Итого:	745	27,05	23,64	105,56	743,19
		Итого ХЕ:				8,08	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
ТТК	18560	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой (Капуста свежая молодая / Кукуруза консервированная / Морковь свежая молодая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	0,70	4,00	7,19	67,80
№ 37/87	12235	Салат из солёных огурцов Огурцы солёные / Пр.рачитый мф / Масло растительное	75	0,81	3,82	2,46	47,46
Тт6.24/96	2484	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
		Первые блюда					
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями Макаронные изделия / Пр.рачитый / Морковь свежая / Зелень (пи ет.укроп,петрушка) / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в ас. / Перловый пер.	200	2,17	4,21	13,02	98,65
		Вторые блюда					
ТТК	20518	Котлета Мясная Котлеты Мясные / Масло растительное	90	9,18	11,22	14,28	194,82
416/96	5456	Биточки рубленые из говядины с соусом Фарш мяс замороженный (мясо / Лук репчатый) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в ас. / Морковь свежая мф / Мука вс / Масло растительное / Пр.рачитый мф / 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	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" мф 70гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
		Гарниры и соусы					
463/96,ТТК№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	218,84
		Третьи блюда					
ТТК	19910	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (ржавчинский) / Сахар песок	200			6,99	27,94
		Хлеб					
ГП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Мучные изделия					
ТТК	20176	Рулет с маком Рулет с маком (Рулет с маком (Яйцо куриное / Мука вс / Вода / Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	100	10,54	16,48	61,36	435,92

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производством Ивановская Светлана Михайловна

Ответственный за выпуск _____/

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия, 140427, Московская область, г. Коломна, ул.Семенова, 35
E-mail: edsolr1@mail.ru