МЕНЮ

на 12.03.2026

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тт6.24/96	9600	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,30	10,30	50,40
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припущ.(капуста,морк)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
		Рулет Красная птица Лыра / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.) (Морковь свежая мор / Вода / Капуста свежая кф (очищенная) / / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная)					
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные	150	5,50	5,96	35,86	216,94
		Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль Выдержанная					
639/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	58,18
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	540	18,76	17,08	77,31	534,42
		Итого ХЕ:				6,44	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припущ.(капуста,морк)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
		Рулет Красная птица Лыра / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.) (Морковь свежая мор / Вода / Капуста свежая кф (очищенная) / / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная)					
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные	150	5,50	5,96	35,86	216,94
		Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль Выдержанная					
639/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	58,18
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок					
ТТК	16538	Печенье Сахарное 1Б/.	15	1,20	1,57	11,90	66,53
		Печенье сахарное					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	481	14,84	18,40	81,37	557,17
		Итого ХЕ:				6,78	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тт6.24/24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припущ.(капуста,морк)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
		Рулет Красная птица Лыра / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.) (Морковь свежая мор / Вода / Капуста свежая кф (очищенная) / / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная)					
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные	150	5,50	5,96	35,86	216,94
		Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль Выдержанная					
639/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	58,18
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	540	18,76	17,08	77,31	534,42
		Итого ХЕ:				6,44	

Стоимость рациона: 95,48 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
Тт6.24/24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припущ.(капуста,морк)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
		Рулет Красная птица Лыра / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.) (Морковь свежая мор / Вода / Капуста свежая кф (очищенная) / / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная)					
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные	150	5,50	5,96	35,86	216,94
		Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль Выдержанная					
639/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	58,18
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	540	18,76	17,08	77,31	534,42
		Итого ХЕ:				6,44	

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
Тт6.24/24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припущ.(капуста,морк)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
		Рулет Красная птица Лыра / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.) (Морковь свежая мор / Вода / Капуста свежая кф (очищенная) / / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная)					
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные	150	5,50	5,96	35,86	216,94
		Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль Выдержанная					
639/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	58,18
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	540	18,76	17,08	77,31	534,42
		Итого ХЕ:				6,44	

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
139/96	189	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель кф / Горох / Морковь свежая кф / Лук репчатый кф / Масло растительное / Зелень (лук зел,укроп,петрушка) / Соль Выдержанная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты "Сочные" / Масло растительное	50	7,50	7,50	2,50	107,50
472/96	549	Картофельное пюре Картофель кф / Молоко / Масло сливочное / Соль Выдержанная	150	3,30	4,98	22,06	145,28
ТТК	19810	Чай с сахаром 3/0 Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	625	17,53	17,09	59,72	462,79
		Итого ХЕ:				4,98	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
139/96	189	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель кф / Горох / Морковь свежая кф / Лук репчатый кф / Масло растительное / Зелень (лук зел,укроп,петрушка) / Соль Выдержанная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20467	Котлеты Сочные с соусом томатным Котлеты "Сочные" / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс. / Морковь свежая кф / Мука вс / Масло растительное / Лук репчатый кф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Выдержанная) / Масло растительное	50/40	7,88	9,52	4,97	137,08
472/96	549	Картофельное пюре Картофель кф / Молоко / Масло сливочное / Соль Выдержанная	150	3,30	4,98	22,06	145,28
ТТК	20828	Напиток из апельсинов в.о. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,75	80,20
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука вс / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Панировка в мс. / Дрожжи прессованные / Мука вс / Масло сливочное / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
Прим	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	748	34,19	33,54	114,44	798,42
		Итого ХЕ:				9,54	

Стоимость рациона: 114,81 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тт6.24/24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
139/96	189	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель кф / Горох / Морковь свежая кф / Лук репчатый кф / Масло растительное / Зелень (лук зел,укроп,петрушка) / Соль Выдержанная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20467	Котлеты Сочные с соусом томатным Котлеты "Сочные" / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс. / Морковь свежая кф / Мука вс / Масло растительное / Лук репчатый кф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Выдержанная) / Масло растительное	50/40	7,88	9,52	4,97	137,08
472/96	549	Картофельное пюре Картофель кф / Молоко / Масло сливочное / Соль Выдержанная	150	3,30	4,98	22,06	145,28
ТТК	20828	Напиток из апельсинов в.о. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,75	80,20
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука вс / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Панировка в мс. / Дрожжи прессованные / Мука вс / Масло сливочное / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
Прим	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	775	34,49	33,77	125,17	800,81
		Итого ХЕ:				10,10	

Стоимость рациона: 133,69 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
Тт6.24/24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
139/96	189	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель кф / Горох / Морковь свежая кф / Лук репчатый кф / Масло растительное / Зелень (лук зел,укроп,петрушка) / Соль Выдержанная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20467	Котлеты Сочные с соусом томатным Котлеты "Сочные" / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс. / Морковь свежая кф / Мука вс / Масло растительное / Лук репчатый кф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Выдержанная) / Масло растительное	50/40	7,88	9,52	4,97	137,08
472/96	549	Картофельное пюре Картофель кф / Молоко / Масло сливочное / Соль Выдержанная	150	3,30	4,98	22,06	145,28
ТТК	20828	Напиток из апельсинов в.о. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,75	80,20
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука вс / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Панировка в мс. / Дрожжи прессованные / Мука вс / Масло сливочное / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
Прим	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	775	34,49	33,77	125,17	800,81
		Итого ХЕ:				10,10	

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 официальной

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
139/96	189	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель кф / Горох / Морковь свежая кф / Лук репчатый кф / Масло растительное / Зелень (лук зел,укроп,петрушка) / Соль Выдержанная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20467	Котлеты Сочные с соусом томатным Котлеты "Сочные" / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс. / Морковь свежая кф / Мука вс / Масло растительное / Лук репчатый кф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Выдержанная) / Масло растительное	50/40	7,88	9,52	4,97	137,08
472/96	549	Картофельное пюре Картофель кф / Молоко / Масло сливочное / Соль Выдержанная	150	3,30	4,98	22,06	145,28
ТТК	20828	Напиток из апельсинов в.о. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,75	80,20
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука вс / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Панировка в мс. / Дрожжи прессованные / Мука вс / Масло сливочное / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
Прим	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	748	34,19	33,54	114,44	798,45
		Итого ХЕ:				9,54	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
67/2013	9983	Салат "Школьный"с маслом рест. Салат "Школьный"с маслом рест. / Салат кф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Лук репчатый кф	100	1,78	6,02	7,72	92,10
СБ (ред. Москва 2023г	19997	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной. (Яйцо свежее / Яйцо куриное вареное мясо без пленок / Огурцы соленые / Картофель кф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая кф / Сыр в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел,укроп,петрушка)	75	2,16	3,81	4,02	59,02
Тт6.24/96	2404	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
		Первые блюда					
139/96	189	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель кф / Горох / Морковь свежая кф / Лук репчатый кф / Масло растительное / Зелень (лук зел,укроп,петрушка) / Соль Выдержанная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
		Вторые блюда					
	20568	Рулет Красная птица (куриный) с овощами припущ.(капуста,морк) Рулет Красная птица Лыра / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.) (Морковь свежая мор / Вода / Капуста свежая кф (очищенная) / / Мука вс / Сахар песок / Соль Выдержанная)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
ТТК	20467	Котлеты Сочные с соусом томатным Котлеты "Сочные" / Соус томатный (Вода / Томатная паста в мс. / Морковь свежая кф / Мука вс / Масло растительное / Лук репчатый кф / Масло растительное / Сахар песок / Соль Выдержанная) / Масло растительное	50/40	7,88	9,52	4,97	137,08
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром мс/ф кф / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,38
		Гарниры и соусы					
200/96	16303	Картофель отварной Картофель кф	150	3,10	0,82	25,27	118,04
317.52б/97	1702	Горошек пюре Горох / Масло растительное / Соль Выдержанная	150	18,93	4,79	35,18	251,16
		Третьи блюда					
639/96г	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (заварка)) / Сахар песок	200			14,97	58,18
		Хлеб					
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Мучные изделия					
ТТК	10184	Булочка с курагой Мука разная / Мука вс / Вода / Сахар песок / Смесь кураги в мс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Выдержанная	50	4,31	1,17	28,26	140,81
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком Мука вс / Вода / Сахар песок / Мака мк / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль Выдержанная / Масло растительное / Мак	50	4,31	1,87	29,72	152,96

Стоимость рациона: 190 руб.

Зав.произ.МОУ СШ № 81 Ирина Михайловна

Ответственный за ведение сайта

Сайт№1 [illegible]

Россия 440[illegible]

E-mail: sch81@[illegible]