Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 81"
Кравцов Виталий

МЕНЮ
на 14.01.2026

МБУ "Школа № 81"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс; ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 классов, один из родителей (законных представителей которых принимает участие в спецоперацией

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тех.№24/96	10140	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	150	0,42	0,42	17,02	76,14
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука вт / Масло сливочное / Цукат ванили / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (рассыпной)) / Сахар песок	200			14,37	56,18
		Итого:	500	17,91	18,70	83,84	574,75
		Итого ХЕ:				6,99	

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
Тех.№24/96	10140	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,66	0,44	12,12	54,89
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука вт / Масло сливочное / Цукат ванили / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
ТТК	19910	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (рассыпной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
		Итого:	440	17,95	18,60	68,55	513,25
		Итого ХЕ:				5,72	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тех.№24/96	9454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,50	12,00	56,94
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука вт / Масло сливочное / Цукат ванили / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (рассыпной)) / Сахар песок	200			14,37	56,18
		Итого:	475	17,79	18,66	77,82	543,55
		Итого ХЕ:				6,48	

Стоимость рациона: 95,46 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
Тех.№24/96	9454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,50	12,00	56,94
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука вт / Масло сливочное / Цукат ванили / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (рассыпной)) / Сахар песок	200			14,37	56,18
		Итого:	475	17,79	18,66	77,82	543,55
		Итого ХЕ:				6,48	

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
Тех.№24/96	9454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,50	12,00	56,94
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука вт / Масло сливочное / Цукат ванили / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (рассыпной)) / Сахар песок	200			14,37	56,18
		Итого:	475	17,79	18,66	77,82	543,55
		Итого ХЕ:				6,48	

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
136/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нр / Горох / Морковь свежая нр / Лук репчатый нр / Масло растительное / Зелень (лук зеленый петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
415/96 415/96	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Фарш Особый нр замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,64	9,74	7,80	126,42
472/96	145	Картофельное пюре Картофель нр / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	2,20	3,64	14,70	98,56
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,76	68,20
ТТК	18336	Печенье Сахарное 1Б/. Печенье сахарное	16	1,20	1,57	11,90	66,53
ГП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	596	19,35	19,44	81,79	552,51
		Итого ХЕ:				6,82	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
136/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нр / Горох / Морковь свежая нр / Лук репчатый нр / Масло растительное / Зелень (лук зеленый петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нр замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в вс / Морковь свежая нр / Мука вт / Масло растительное / Лук репчатый нр / Масло растительное / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нр / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,96	22,06	146,26
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,76	68,20
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука вт / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Панирует в вс. / Дрожжи прессованные / Мука вт / Масло сливочное / Мука вт / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,18	4,18	30,13	175,19
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	720	23,15	23,06	105,55	722,54
		Итого ХЕ:				8,80	

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
Тех.№24/96	10140	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,66	0,44	12,12	54,89
136/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нр / Горох / Морковь свежая нр / Лук репчатый нр / Масло растительное / Зелень (лук зеленый петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нр замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в вс / Морковь свежая нр / Мука вт / Масло растительное / Лук репчатый нр / Масло растительное / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нр / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,96	22,06	146,26
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,76	68,20
ТТК	19952	Булочка Золотистая Булочка Золотистая (Булочка Золотистая (Мука вт / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Панирует в вс. / Дрожжи прессованные / Мука вт / Масло сливочное / Мука вт / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное))	75	6,27	6,29	45,29	262,79
ГП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	865	26,56	25,66	137,79	888,48
		Итого ХЕ:				11,48	

Стоимость рациона: 133,85 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
Тех.№24/96	10140	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,66	0,44	12,12	54,89
136/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нр / Горох / Морковь свежая нр / Лук репчатый нр / Масло растительное / Зелень (лук зеленый петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нр замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в вс / Морковь свежая нр / Мука вт / Масло растительное / Лук репчатый нр / Масло растительное / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нр / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,96	22,06	146,26
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,76	68,20
ТТК	19952	Булочка Золотистая Булочка Золотистая (Булочка Золотистая (Мука вт / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Панирует в вс. / Дрожжи прессованные / Мука вт / Масло сливочное / Мука вт / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное))	75	6,27	6,29	45,29	262,79
ГП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	865	26,56	25,66	137,79	888,48
		Итого ХЕ:				11,48	

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 спецоперацией

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
136/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нр / Горох / Морковь свежая нр / Лук репчатый нр / Масло растительное / Зелень (лук зеленый петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нр замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в вс / Морковь свежая нр / Мука вт / Масло растительное / Лук репчатый нр / Масло растительное / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нр / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,96	22,06	146,26
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,76	68,20
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука вт / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Панирует в вс. / Дрожжи прессованные / Мука вт / Масло сливочное / Мука вт / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,18	4,18	30,13	175,19
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	720	23,15	23,06	105,55	722,54
		Итого ХЕ:				8,80	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
СБ рец.Мос кв 2022г.	20260	Салат Зелёный с ветчиной Салат зелёный с ветчиной (Салат Зелёный с ветчиной (Капуста пекинская / Огурцы консервированные мясо/ прессованная / Огурец свежий / Масло растительное) / Зелень (лук зеленый петрушка))	75	0,64	7,98	0,81	78,73
Тех.№24/96	8453	Салат "Стратиой" Салат "Стратиой" (Картофель нр / Морковь свежая нр / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый нр / Масло растительное)	75	1,33	7,56	8,52	99,44
Тех.№24/96	2549	Десерт фруктовый (банан) Банан свежий	100	1,50	0,50	21,00	94,50
		Первые блюда					
136/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель нр / Горох / Морковь свежая нр / Лук репчатый нр / Масло растительное / Зелень (лук зеленый петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
		Вторые блюда					
ТТК	20530	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / Творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода / Мука вт / Масло сливочное / Цукат ванили / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром ПФ 96 / Масло растительное	55	10,97	17,87	2,12	211,36
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) (Фарш Особый нр замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный (Вода / Томатная паста в вс / Морковь свежая нр / Мука вт / Масло растительное / Лук репчатый нр / Масло растительное / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
		Гарниры и соусы					
472/96	549	Картофельное пюре Картофель нр / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,96	22,06	146,26
297/96 300/0 /0904	3201	Каша перловая рассыпчатая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Соль йодированная	150	4,50	4,15	32,18	194,07
		Третьи блюда					
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (рассыпной)) / Сахар песок	200			14,37	56,18
		Хлеб					
ГП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Мучные изделия					
№771/04	13493	Булочка Октябрёнок Булочка Октябрёнок (Мука вт / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Мука вт / Соль йодированная / Масло растительное)	40	3,18	1,76	22,45	118,36
107/89	6555	Булочка Ванильная Мука пшеничная / Мука вт / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	30	2,49	2,34	17,71	101,96

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.пост.питания Корнева Екатерина Михайловна

Ответственный _____

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия 443020, г. Самара, ул. Карла Маркса, 35 ул. Советская, 35
E-mail: edu55@mail.ru